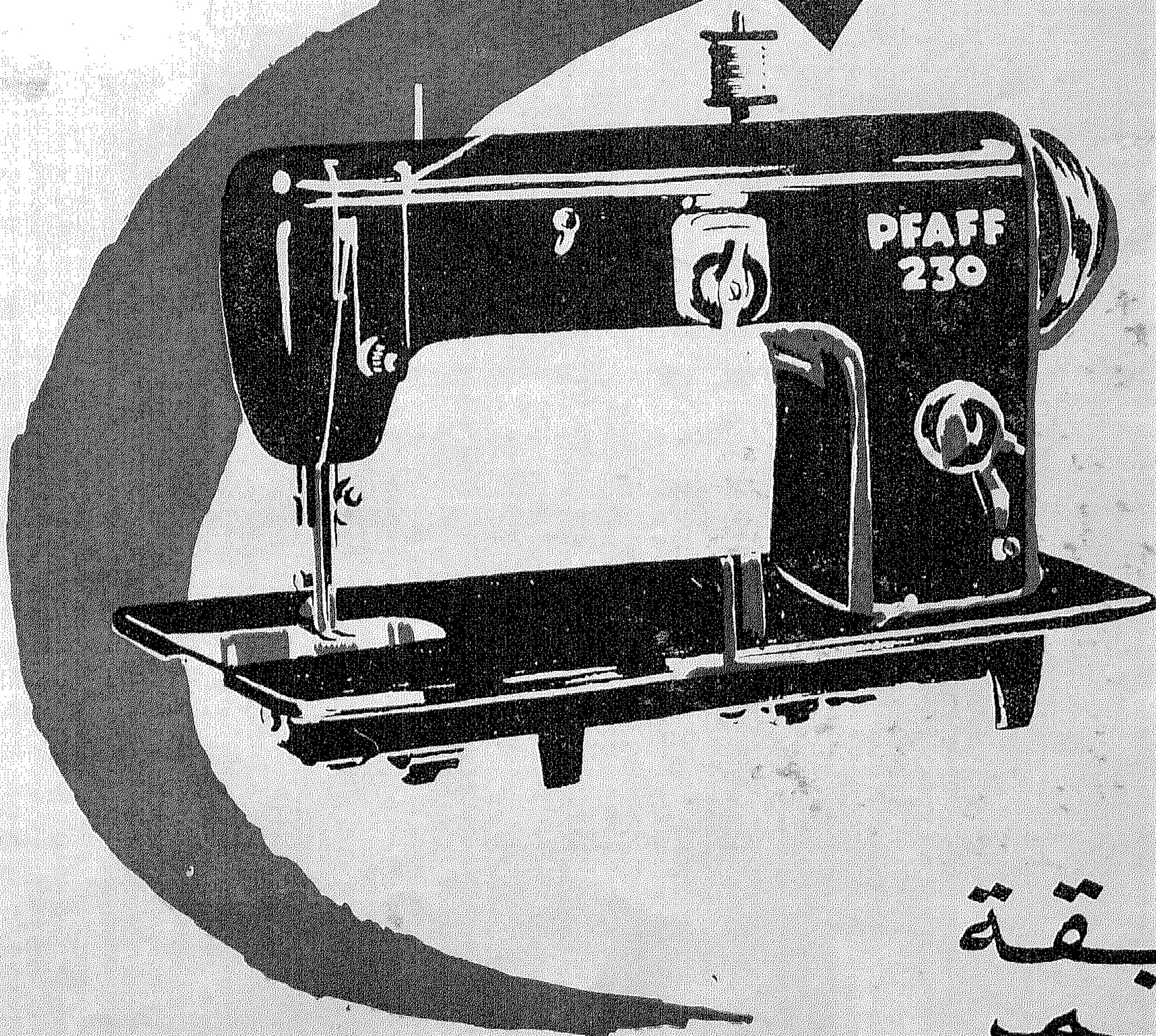


# بخت النیل



فبراير ١٩٥٦





رفيقة  
العمر

المكلاء الوحيدون :  
ق.م. سلقاجو وشركاه

٩ شارع توفيق - القاهرة  
٢٦ شارع سيدى متولى - الاسكندرية - ت. ١٠ : ١٩





# تاريخ المرأة المصرية



للمرأة المصرية تاريخ مجيد وماض تليد ، فالمرأة الفرعونية كانت لها مكانة كبيرة في قومها حتى وصل الامر بالفراعنة الى أن اعتبروها منبع الحياة والحضارات التي لها قصة من أروع قصص التاريخ القديم ، وذهب بهم الخيال كل مذهب لدرجة أنهم جعلوا النيل الذي هو منبع الحياة في مصر تكون من دموعها التي بكت بها زوجها عند موته .

كان هذا هو مكان المرأة عند قدماء المصريين ثم جاء عهد الجاهلية فانحدرت فيه المرأة واصبحت لا مكانة لها بينهم ولا وجود لها كإنسان في حياتهم وكانت تورث كما يورث المتاع والعقار .

بيد أن هذا الوضع لم يقبله الاسلام فانصفها ورد اليها اعتبارها وسوى بينها وبين الرجل في الامور العامة وفي حياة الاسرة جعلها يسكن الرجل وأقام علاقتهما على المودة والرحمة فقال تعالى : « ومن آياته أن خلق لكم من أنفسكم أزواجا لتسكنوا اليها وجعل بينكم مودة ورحمة » .

ولكن جاء الحكم التركي وعهود الاستعمار فسلبت المرأة ما حباها به الاسلام السميع الكريم . واستمر الامر على هذا المنوال حتى قامت المرأة تنادى بوجودها في الحياة ورد ما سلب منها اليها ووقفت الى جوار الرجل جنباً الى جنب في الكفاح والتعاون فشاركت في ثورة عرابي وسقطت شهيدة مع الشهداء .

وفي ثورة ١٩١٩ قادت المظاهرات وتقدمت الصفوف وعرضت صدرها لرصاص المستعمرين . نزلت وهي محجبة - ونسيت أن الامر لم يسمحوا لها بهذا النزول - ولكنها نزلت مدفوعة بوطنيتها للدود عن حقوق بلادها ، ومؤمنة بأن تخليص البلاد من المستعمر فرض على الرجال والنساء على السواء .

ثم وثبت هدى شعراوي وثبتها فمزقت الحجاب بمحض ارادتها غير مبالية بالحملات الظالمة التي شنت عليها وهاجمتها في حياتها العامة والشخصية .

ومن هذا الحين والمرأة تصمم على أن تسترد ما سلب منها فصممت الفتاة على دخول الجامعة فكان لها ما أرادت ثم اقتحمت ميادين العمل التي أوصدت أمامها زمنا طويلا ولكنها بعزمها حطمت الاغلاق وأصبح في بلادنا الآن مئات من الاستاذات في الجامعات والمعاهد والصحافة والاذاعة والطب .

ثم دخلت المرأة المصرية ميدان الخدمة الاجتماعية فبرهنت على أن هذا الميدان هو ميدانها أيضا وسجلت فيه صفحات ناصعة .

وهناك أيضا ملايين الفلاحات والعاملات اللواتي يتحملن أكبر المسؤوليات في سبيل الوطن بالعمل ليلا ونهارا الى جوار الرجل لصالح البلاد .

وها هي ذى المرأة المصرية تفتدى بكل غال وعزيز في سبيل كرامتها مؤمنة بأن الام التي تشعر بأنها مكان الكرامة والتقدير قادرة على أن تخلق جيلا جديرا يتحمل أكبر المسؤوليات وأصغرها .

دريه حنفى

رئيسة التحرير



# نيل السكينة

أمل ضائع

ان الامل الوحيد الذى تمشى  
به اسرائيل هو الصلح مع

النيل



# أخبار

## السياسة الأنفحة



♦ صرح مستر شكبورا أن بريطانيا والولايات المتحدة الأمريكية قد توصلتا الى اتفاق تام بشأن الموقف في الشرق الاوسط .

♦ أعلنت وزارة الخارجية الاندونيسية انها أبلغت الولايات المتحدة ان حكومة اندونيسيا ترحب بزيارة مستر دالاس لبلادها بعد مؤتمر مانيلا .

♦ أعلن في لاهاي ان الاميرة بيتوكس كبرى بنات ملكة هولندا تبلغ سن الثامنة عشرة يوم ٣١ يناير الماضي، وبذلك تكتسب حقوقا جديدة بوصفها ملكة هولندا المقبلة

♦ قطعت المفاوضات التجارية بين الحكومة اللبنانية وشركة الزيت العراقي حول توقيع اتفاق بينهما لزيادة الرسوم السنوية للبنان لقاء مرور أنابيب الشركة في الاراضي اللبنانية .

♦ هاجم مسيو خروشتشيف السكرتير العام للحزب الشيوعي السوفييتي المحاولات البريطانية الامريكية لاستعمار الشرق الاوسط واستغلال موارد البترول في البلاد العربية .

♦ صرح سنا توجوف بريكر عضو لجنة الطاقة الذرية بالكونجرس بأن الولايات المتحدة لديها الكافة من

• لعبت المرأة دورا حاسما في الانتخابات الفرنسية الاخيرة وكان من بين المرشحات عدد من الاسماء المعروفة في الاوساط النسائية الفرنسية ومن بينهم جريرين لوكونت صاحبة دار الازياء المشهورة ومدام باكيت كلود المخرجة المسرحية المعروفة في باريس ومدموازيل كوليت دوفان بطلة الهبوط بالمظلات الواقية .

♦ تضمنت المذكرة الاردنية التي أرسلت الى سوريا ومصر والمملكة العربية السعودية ان الاردن يرحب بكل مساعدة ترد اليه من الدول العربية وان الاردن يرغب في عقد اجتماع لوزراء خارجية الدول



# المرأة في حياة الإيجيبتية

ان تحصل من كل مدعوة على جنيه مساهمة منها في دعم مالية الاتحاد النسائي الدولي

وكان السيد الهامى جريس الرجل الوحيد في هذا الحفل . وقد أهدى المحتفى بها عقدا كان قد عشر عليه في احدى المقابر الفرعونية .

## أنطونيو

شاهدت عقيلة الميرشال تيتو أثناء زيارتها لمصر فرقة «أنطونيو» للرقص الايقاعى الاسباني التي عرضت برامجها في دار الاوبرا في أواخر ديسمبر وأوائل يناير الماضي . . . وقد أعجبت الضيفه اليوجوسلافية بفن هذه الفرقة التي تعتبر من أقوى الفرق الراقصة التي قدمت مصر في هذا الموسم .

## اللون الاحمر

شاع اللون الاحمر في الحفلات التي أقيمت خلال الشهر الماضي . فقد ارتدت السيدة قرينه الاستاذ حسن محرم مدير المراسيم بوزارة الخارجية قبة أنيقة مصنوعة

## الحلقة الثالثة

قال الاستاذ رشاد مراد مدير عام مصلحة السياحة لاحدى الصحفيات ان الزوجة يجب ألا يقل سننها عن الثلاثين حتى تكون قد استكملت شخصيتها وكونت معلوماتها لادراك ما هي الطريقة لخلق جو سعيد في بيتها .

## الملابس الوطنية

أقام القائم بأعمال سفارة بورما وعقيلته حفلة استقبال بمناسبة عيد بورما القومى . وكان المضيفان في ملابسهما الوطنية الرائعة . أما عقيلة القائم بالأعمال فقد صفت شعرها على طريقة بلادها فلفتت اليها جميع الانظار .

## القطيفة الحمراء

كانت سوزى جريس ابنة السيد الهامى جريس ترتدى ثوبا أنيقا من القطيفة الحمراء وذلك في الحفل الذي أقامته والدتها تكريما لمسز استر جراف رئيسة الاتحاد النسائي الدولي . ولم يدع الى هذا الحفل سوى السيدات . . . واستطاعت مدام جريس

من نوعها في هذا الموسم . وكانت بطاقات الدعوة تحمل هذه العبارة : « ملابس المدينة » مما جعل سيدات المجتمع في حيرة من أمرهن . وذهب البعض الى ادارة البروتوكول ليسألن عن نوع الملابس التي يمكن ارتداؤها والتي ينطبق عليها عبارة « ملابس المدينة » . وقد ظهرت مدام نيكزبك بثوب من الجيبور الابيض .

وكان البوفيه حافلا بالماكولات والمشروبات الفاخرة . واسترعت الانظار الشامبانيا اليوجوسلافية التي قيل انها حلوة المذاق بعكس الشامبانيا العادية .

## الثوب الاسود

سألت الكونتيسة ماريما دولوريس آريناليس كريمة سفير اسبانيا احدى سيدات المجتمع المصرى عن السبب الذي من اجله ترتدى الفلاحات المصريات اللون الاسود . وقد أجابت السيدة ان الوفير هو السبب الاساسى الذي يدعو الفلاحات في مصر الى تفضيل هذا اللون على غيره ، والدليل على ذلك ان الفلاحات الموسرات يخترن الألوان الاخرى . . . فما رأى الباحثات الاجتماعيات في هذا السبب ؟

قالت مدام تيتو ان كنوز توت عنخ آمون هي أجمل ما رآته في العالم . وقالت ان المرأة اليوجوسلافية لها نفس حقوق الرجال في المجال السياسى والاجتماعى وفي العمل . وقد اعجبت سيدات المجتمع بالشوب العاجى والمذهب والايشارب الاحمر المحلى بشرائط من لون الذهب اللذين ظهرت فيهما السيدة اليوجوسلافية الاولى في احدى الحفلات الساهرة التي أقيمت لتكريمها وتعنى مدام تيتو عناية خاصة بالهند وقد قرأت عنها عدة مؤلفات وهي تأمل زيارتها في القريب . . .

## الملكة السابقة

ومرت بالقاهرة خلال الشهر الماضى ملكة ايطاليا السابقة ماري جوزيه . وقد أقام لها سعادة فان دن بوش سفير بلجيكا في مصر حفلة استقبال شائقة . والملكة السابقة هي شقيقة ليوبولد ملك بلجيكا السابق .

## شامبانيا من يوجوسلافيا

أقام سفير يوجوسلافيا ومامام نيكزبك في قصر القبة حفلة استقبال كانت الاولى



رقصة الفلاحة يقوم بها بعض الطالبات في اعياد الشباب



بعض الرقصات التي عرضتها الطالبات في احتفالات اعياد الشباب





حرم سفير الهند

كوكيتيل خاصة • وقد لبي الدعوة البارونة فون ريختر التي جاءت لتمضي الشتاء بالقرب من والدتها مدام سميك • وقالت البارونة انها تخشى ان تستعيد الكيلوات الثلاثة التي استطاعت أن تفقدها في ألمانيا على أثر حضورها ثلاث حفلات كوكيتيل مصرية •

### جولف نسائي

تقوم الانسة نونا صبحي الكريمة الصغرى للدكتور صبحي بتدريب السيدة نازلي شرين على لعبة الجولف • وتقول المدربة الحسنة ان تلميذتها بدأت تتقن اللعبة وانها سوف تبرع فيها انهي داومت على التمرين اليومي •

### حفلة تنكرية

يتحدث المجتمع عن الحفلة التنكرية التي أقامتها السيدة نادية مقار قرينة السيد نورمان عدس • وكان أغلب المدعوين من رجال وسيدات السفارات الاجنبية •

### أيام زمان

غنى فريد الاطرش وعبد الحليم حافظ ورقصت سامية جمال في الحفلة الساهرة الضخمة التي أقامها الثرى مورييس دوس في منزله بالزمالك • وقد زاد عدد الحاضرين على الثلاثمائة •

« البقية على ص ٩٤ »

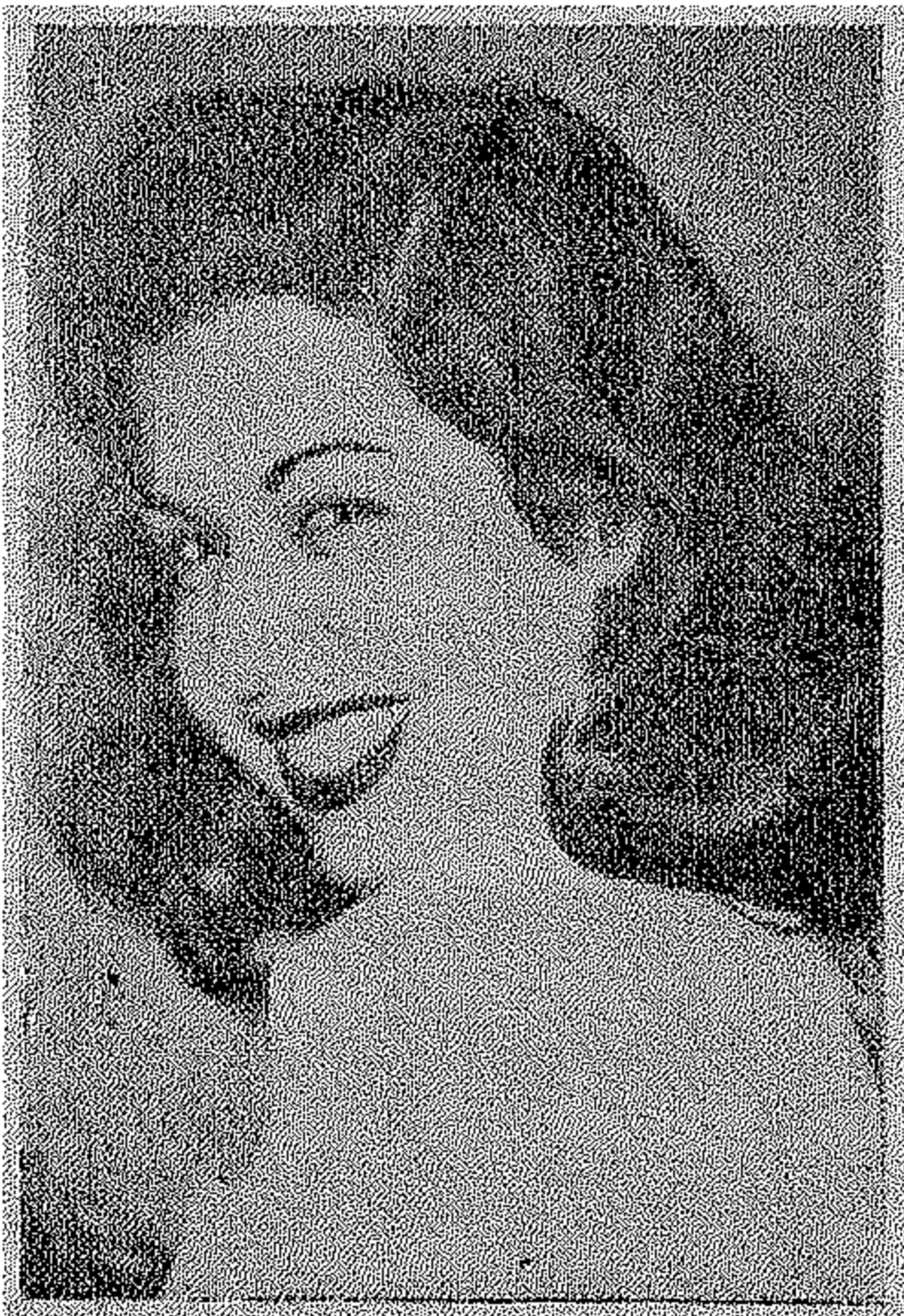


ليلى كريمة سلطان مراكش

توفيق الحكيم والاستاذ فكرى أباطه ، وكثير من هيئات السلك السياسى العربى وسيدات الجمعيات النسائية فى البلاد العربية ورجال الفكر والادب والصحافة ، بعثوا برسائل تقدير الى الدكتورة درية شفيق على الجهود التي بذلتها فى تأليف كتابها الجديد « المرأة المصرية » الذي تناولت فيه تاريخ المرأة من عهد الفراعنة الى وقتنا الحاضر ، وايضاح حقوقها فى الاسلام وجهادها الوطنى وكفاحها لنيل حقوقها الدستورية •

### ٣ كيلو

دعت السيدة قرينة اسماعيل مظلوم بعض الصديقات المقربات الى حفلة



سامية جمال



الاميرة ليل الصباح

الذى أشرفت على اعداده البيجوم على ياور جنج والذى امتلأ بالمأكولات الهندية الشهية •

### كريمة سلطان مراكش

سافرت فى خلال الشهر الماضى الى باريس الاميرة ليلي كريمة سلطان مراكش وشقيقها الامير عبد الله الى باريس لاتمام تعليمهما هناك وقد ودعهما فى المطار قبل سفرهما السلطان وكبار رجال الحكومة •

### رسائل تقدير

#### لكتاب « المرأة المصرية »

بعث استاذ الجيل احمد لطفى السيد والسيد الدكتور على ماهر والاستاذ الدكتور محمد حسنين هيكل والاستاذ



الدكتورة سهير القلماوى



حرم تيتو

من القطيفة الحمراء ومحلة بالترتر • أما السيدة قرينة الاستاذ مصطفى معبد المستشار السياسى لسفارة مصر فى باريس فقد اقتنت معطفا رائعا من القطيفة الحمراء • واختارت قبعة سوداء محلاة بالترتر الفضى •

### الملح فى الطعام

قال المسيو سولود سفير روسيا السابق فى مصر أنه يوجد تشابه كبير بين الاكل الروسى والاكل الهندى فى كمية الملح والبهارات التى توضع فى كليهما ، وذلك فى الحفل الذى أقامه السفير الهندى بمناسبة سفر المسيو سولود الى روسيا • واعجب المدعوون جميعا بالبوفيه



السيدة أمينة السعيد



# الآنسة المثالية المصرية

سنة ١٩٥٦



الدكتورة درية شفيق ومندوبة مجلة آل تهنان الآنسة زينب عبد المنعم البيلي بقرار لجنة التحكيم الخاص باختيارها الفتاة المثالية لمصر

## لجنة التحكيم

وفي خلال شهر يناير سنة ١٩٥٦ اجتمعت بدار بنت النيل لجنة التحكيم العليا وكانت مكونة من السادة الاساتذة شاعر مصر الاستاذ عزيز أباطه والاستاذ

شفيق ومسيو زيزوس رئيس تحرير البروجريه والاستاذ عبدالسلام الشريف والدكتور عبد المنعم البهى وسكرتيرو اللجنة .

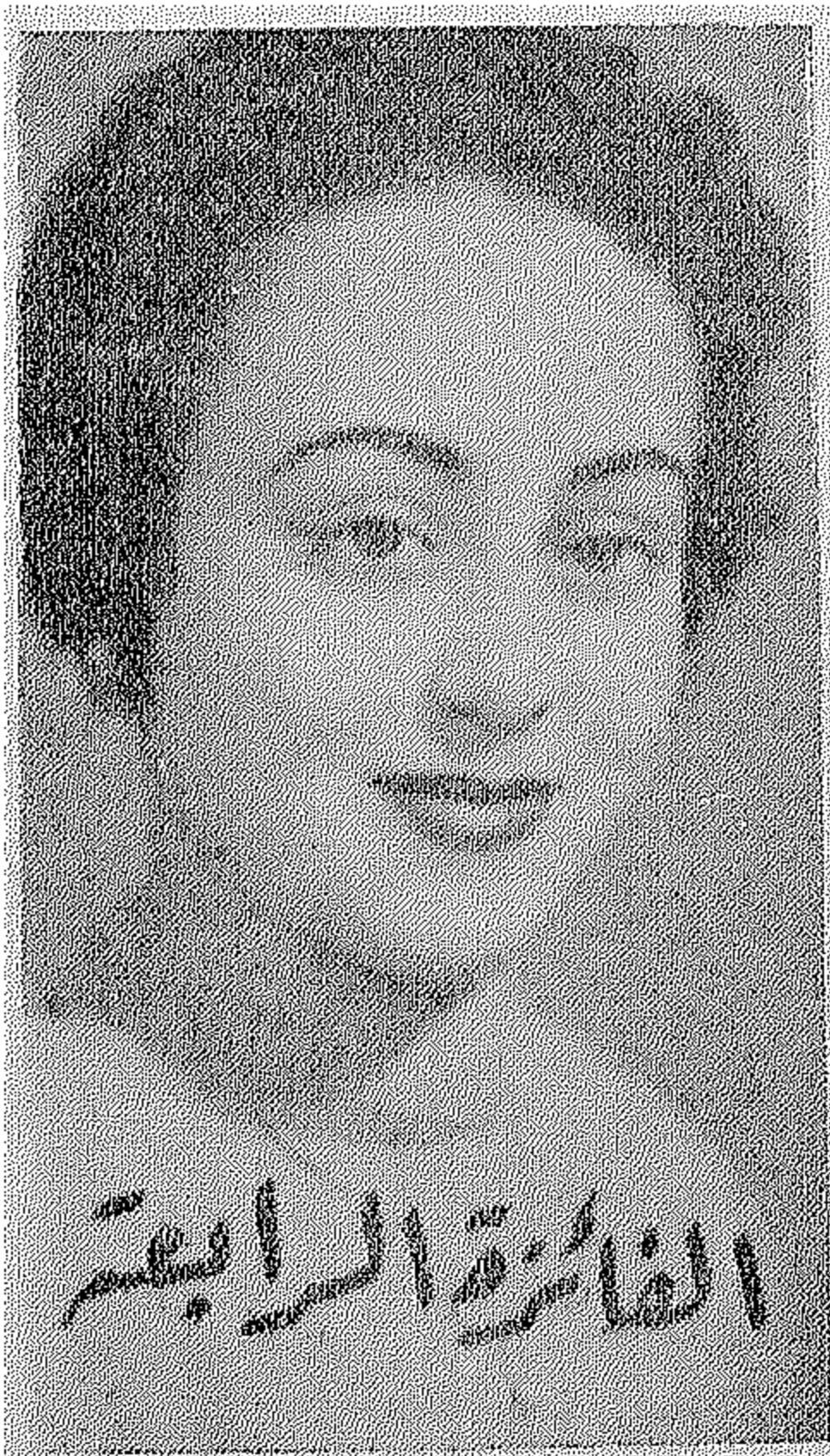
وبحثت اللجنة جميع الردود ثم أعلنت النتائج كما يلي :

جلال الدين الحمامصي نائب المدير العام لدار التحرير ومسيو يرجو المستشار الثقافى بالسفارة الفرنسية والآنسة خيرية خيرى المحررة بدار الاخبار ومدام سيمون لاکوتور مندوبة مجلة «ال» بمصر والدكتورة درية

لم تكن هذه المسابقة - مسابقة اختيار الآنسة المثالية لمصر والعالم - من المسابقات التى ألفها الناس من انصحف بين حين وآخر لاختيار أجمل فتاة أو أجمل ساقين أو أجمل ذراعين مما تعودت الصحف أن تسد فراغها به أو تجذب نوعاً من القراء اليها . . بل كانت هذه المسابقة مسابقة من نوع جديد لا تهدف الى شىء من ذلك وإنما تهدف الى ما هو أسمى وأجل وأعظم مما كانت تدور حوله المسابقات الخاصة بالمرأة .

وأهم ما تمتاز به هذه المسابقة أنها مسابقة فى سرعة الخاطر والذوق وجمال التعبير وترتيب الافكار بين آنسات العالم لاختيار الآنسة المثالية لكل بلد ثم اختيار الآنسة المثالية للعالم منهن .

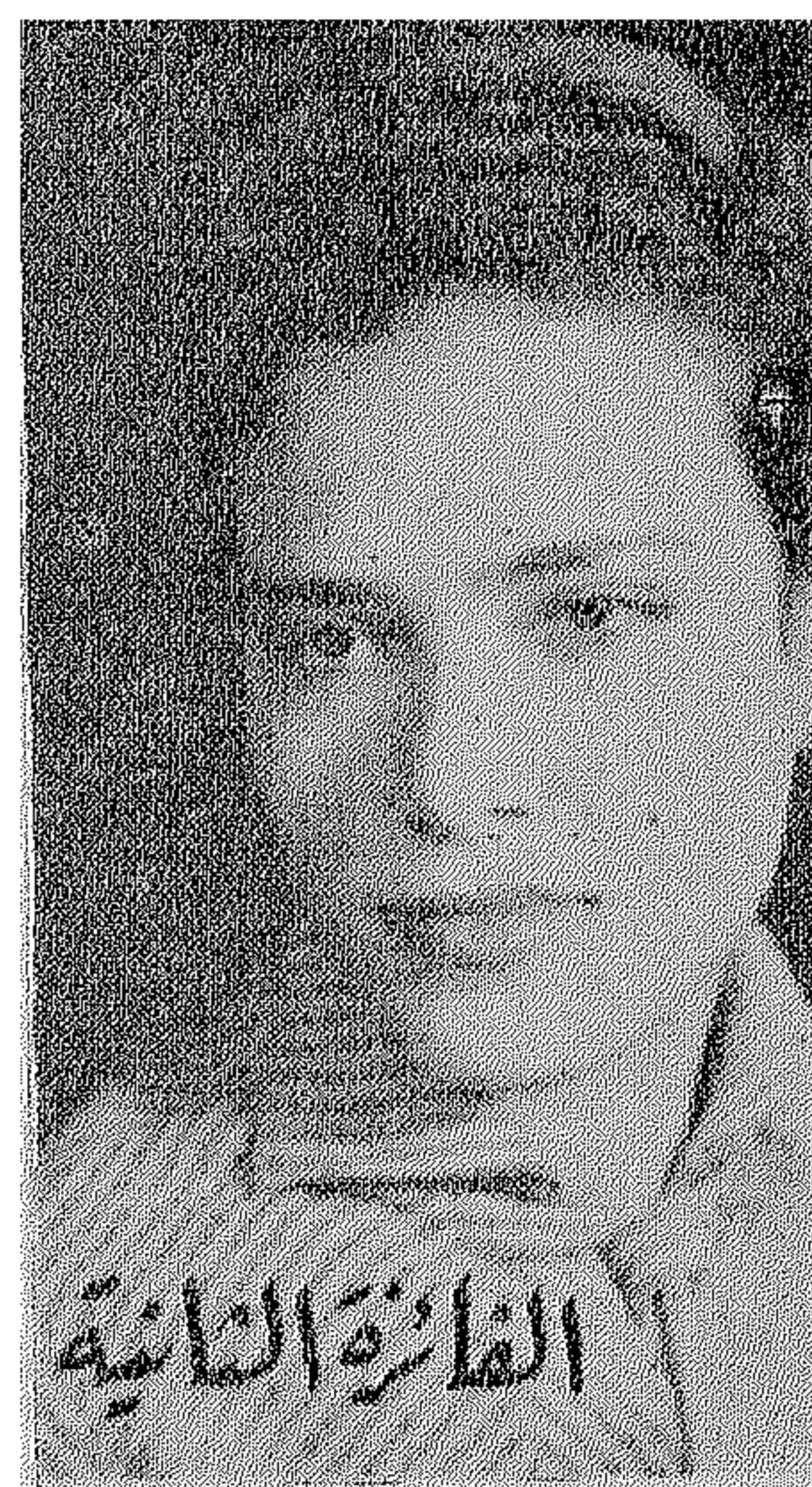
وقد اشتركت مجلة «بنت النيل» المجلة النسائية الاولى فى الشرق مع مجلة «ال» الفرنسية لتنظيم هذه المسابقة لاختيار الآنسة المثالية فى مصر من بين المشتركات فى هذه المسابقة واجتمعت اللجنة التمهيدية لفحص الردود واختارت مائة رد يقدم للجنة التحكيم العليا للمسابقة لاختيار الآنسة المثالية المصرية منهن واختيار العشرة الاوائل فى هذه المسابقة .



عزة احمد بيلي



الآنسة روكسان ماركو



الآنسة زيزف زكى كامل



# لجنة الحكيم العليا تختار الأنسة المثالية المصرية في المسابقة الدولية لمجلة « الب » و « بنت النيل » • المثالية المصرية تسافر الى باريس على نفقة « بنت النيل » للاشتراك في اختيار الأنسة المثالية للعالم الجوائز. والهدايا لأربعة الأوائل والمئة فائزة الأولى.

## الفائزة الاولى :

« الأنسة زينب عبد المنعم مأمون البيلي »  
وبهذا أصبحت الأنسة المثالية لمصر عام ١٩٥٦  
وكانت الكلمة التي وجهتها الى أنسات العالم هي :

**(( العالم في يد المرأة فاحرصن على بقائه في سلام ))**

وستسافر الأنسة زينب على حساب مجلة « بنت النيل » الى باريس وتقيم بها أسبوعين  
للاشتراك في مسابقات اختيار الأنسة المثالية للعالم .  
كما ستفوز أيضا بفستان سواريه وتاير وذلك عدا الهدايا الاخرى التي ستأخذها مع  
المائة فائزة الاولى في هذه المسابقة .

## الفائزة الثانية :

الأنسة زيزف زكى كامل وكسبت ماكينة خياطة بوليتى وباقي الهدايا التي ستوزع على  
المائة فائزة الاولى .

## الفائزة الثالثة :

الأنسة روكسان ماركو وكسبت ماكينة خياطة بوليتى وباقي الهدايا التي ستوزع على  
المائة فائزة الاولى :

### الفائزة الثامنة

الأنسة سماح حنفى محمود

### الفائزة التاسعة

الأنسة دنيس باتى يوسف

### الفائزة العاشرة

الأنسة انعام فوده



الأنسة نفيسة السيد فارس



الأنسة سناء نجا



الأنسة ايچت عقاد

القلب الصفحة



## الفائزة الرابعة :

الآنسة عزة احمد بيللى وفازت بماكينسة خياطة «فان» وباقى الهدايا التى ستوزع على  
المائة فائزة الاولى :

## من الخامسة الى العاشرة :

اما الفائزات من الخامسة الى العاشرة فأنهن قد فزن على الفائزات السابقات بكوبون معهد  
التجميل الذى يقوم بعمل تسريحات جميلة وباقى لوازم التجميل .

## هدايا المائة فائزة :

وستمنح المائة فائزة الاولى ومن بينهن العشرة الاوائل الهدايا الآتية .  
أ - زجاجة ريحة فاخرة  
ب - زجاجة مانوكير  
ج - قلم حبر ممتاز

## حفلة كبرى :

تقيم مجلة « بنت النيل » حفلا لتوزيع الهدايا على المائة فائزة الاولى وذلك بدار بنت  
النيل ٤٨ شارع قصر النيل فى تمام الساعة السادسة من مساء يوم الجمعة الموافق ١٧  
فبراير سنة ١٩٥٦ وتعتبر هذه دعوة من الآن لحضراتهن .



# كل الطرق تصل الى روما



ولكن  
اقصر الطرقت  
وأفضلها

## طريق الفاى يكون

ذات أربع محركات توربينية إنتاج مصانع رولس رويس

# شركة مصر للطيران

المخطوط الجوية المصرية



قريباً



## سفر الأنسة المثالية :

هذا وستسافر الأنسة المثالية الى باريس على حساب بنت النيل في مارس المقبل لتشارك في مسابقة اختيار الأنسة المثالية في العالم .

## المائة فائزة :

ولم يتيسر لبعض الفائزات اللواتي نجحن في هذه المسابقة ضمن المائة فائزة الأولى ارسال صورهن وهن الأنسات :

شفيقة على محمد باب الشعرية - صفيقة أحمد توفيق - العباسية - مديحة أحمد رضوان شبرا - فاطمة السيد حسن شبرية - القاهرة - زهرة عضاضه - بيروت - بثينة شبل محمد عثمان - حدائق القبة - درية مصطفى شكرى - بوردان - فريدة عبد المنعم منشية الطيران - لوسيل مانهيام - القاهرة - فوقية ديب ابو دراع بورسعيد - نبيلة حمزه الاسكندرية - محاسن محمد حسن همام كفر الشيخ - ليلى جورج عبده مصر القديمة - هدايات عبد الحميد عبد المجيد المنصورة - نادية على السرسى السنبلاوين - سهام ابراهيم عمر بالسيدة زينب - نادية فهم شبرا - بسيمة عبد الرحيم فاقوس - نورما توما نقولا القاهرة - عائشة سلطان على اسقوط - مسرات محمد الحارس سوهاج - عديلة عبد الحميد شبرا الاسكندرية - نادية فؤاد برشيد - حميدة طه يس الاسكندرية - هناء محمد زكى القشيري شبرا - رسمية عبد العظيم محمد شبرا - عواطف شعبان احمد الاسكندرية - سناء احمد العجوزة - حكمت البندارى الظاهر - مارسيل مسعد الله نصر دسوق - سهام محمد سالم شبرا - فايزة القويسنى العباسية - سهير كامل جبر الجيزة - نفيسة محمد الشاطر طنطا - زينب متولى درباله بورسعيد - نجاة محمد عوف بورسعيد - فوقية ديب بورسعيد - مادلين صالح طنطا - ايزيس توما عطا الله مصر الجديدة - مهجة عبد العليم العباسية .

### الصور :

أما الأنسات اللواتي أرسلن صورهن فقد نشرناها في الصفحتين التاليتين مع أسمائهن و « بنت النيل » بهذه المناسبة تشكر أعضاء لجنة التحكيم الاولى وأعضاء لجنة التحكيم العليا على قبولهم مهمة التحكيم في هذه المسابقة العالمية لاختيار الذكاء والفطنة والتفكير والادراك عند الفتيات كما ترجو للآئى اشتراك فى هذه المسابقة ولم يكن الفوز من نصيبهن أن يكتب لهن الفوز فى المسابقات الأخرى المقبلة .



## هذا يا معشر النجم

### للفائزات فى مسابقة «ال» و «بنت النيل»

كان لمعهد التجميل العلمى كل الفخر فى مساهمته فى مسابقة مجلتى «ال» و «بنت النيل» وان شهرته الدولية تدعوه لان يعمل على أن تصل الفتاة المصرية الى مستوى رفيع من الجمال ولذلك فقد ساهم بتقديم ١٠ كوبونات للفائزات الاول تعطى لهن الحق فى قص شعرهن وتصفيفه على أحدث تسريحات الموسم وتقديم آخر ما وصل اليه فن التجميل من تواليت وماكياج كامل ومايكير \* وينتهد هذه الفرصة لتهنئة الفائزات فى المسابقة وهو على استعداد لاستقبالهن فى كل وقت حيث يجدن من العناية ما سوف يجعله يزداد فخرا بتشريفهن للمعهد \* والمعهد يدعو لزيارته اللائى لم يسعدهن الحظ بالفوز فى المسابقة وسوف يلقين منه كل ترحيب فهو دائما فى خدمة الجمال .

**معهد التجميل**  
للائى له فى الشرف كله  
المسلم

٣٧ شارع عبد الحالى ثروت بالقاهرة - ت ٤٢٦٩٣

( امام محلات جروبى )





نادية رزق مرقص



نبيلة علي



تهاني موسى



منار محفوظ



مريم عمر صادق



عبدلة عباس



فكتوريا زكي كامل



ايزيس عطا الله



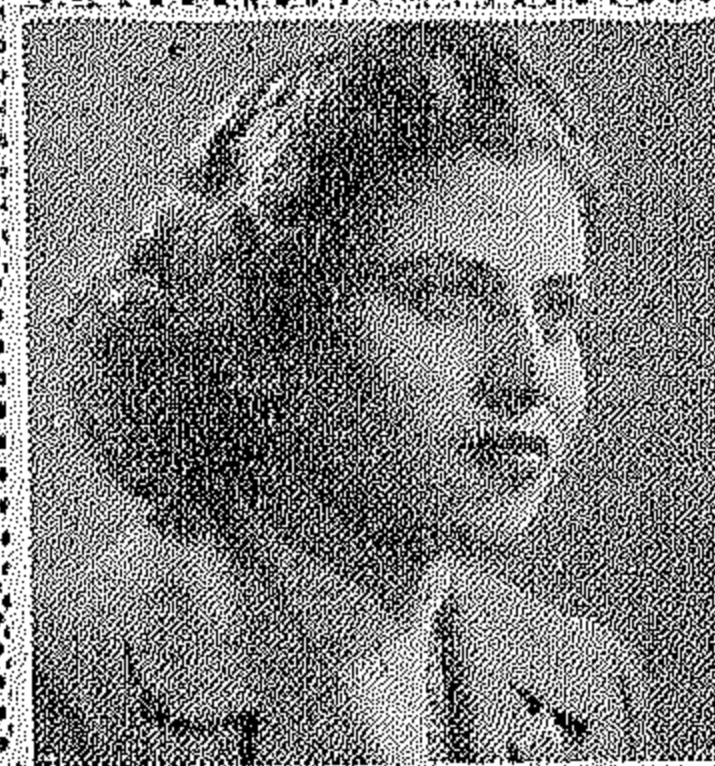
بثينة سيد امام



امال مجاهد



معالي محمد جلال



نعمات كامل



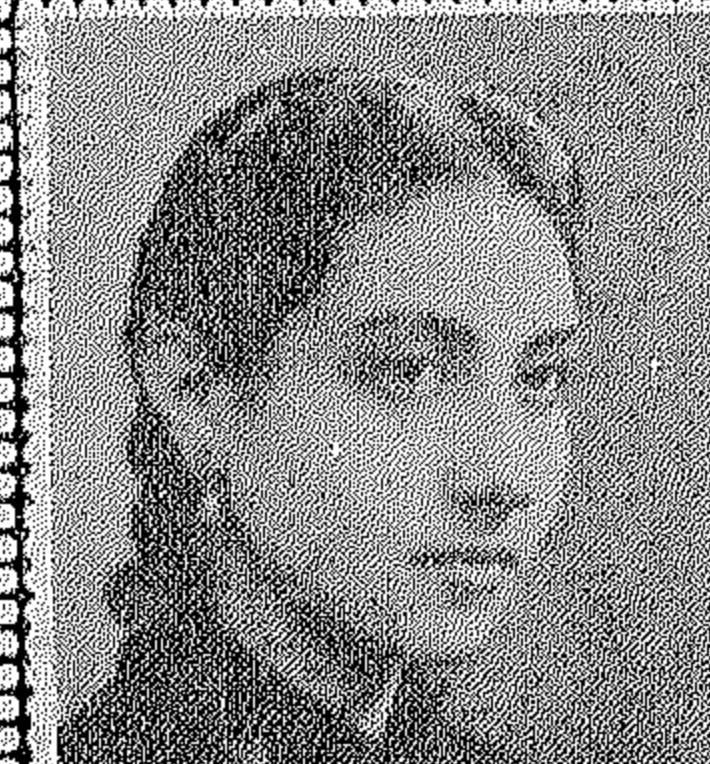
بشرى احمد حمزه



نبيلة علي بيومي



نبيلة بلبع



نادية أبو بكر



نفيسة احمد شلبي



سوس محمد حسين



جميلة ميكل



زينب عيد الرؤوف



فاطمة السيد حسن



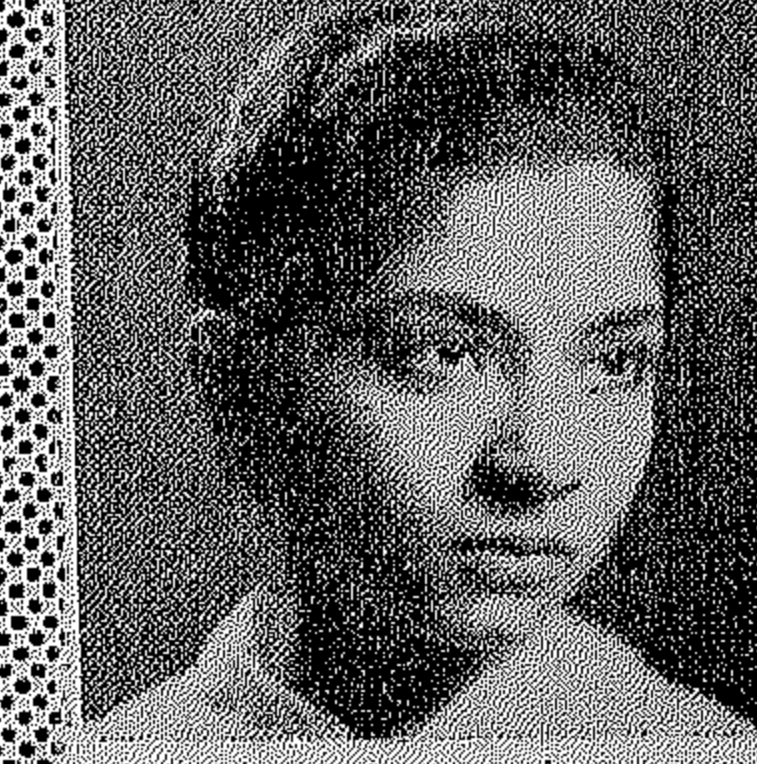
زينب تصوير



امال حلمي



نعمت الله حبيب

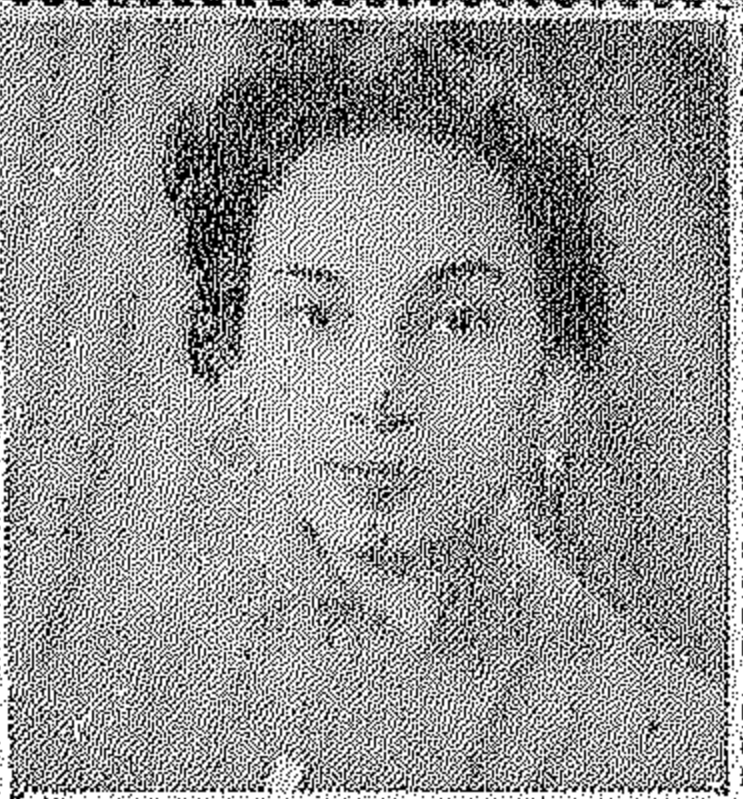


فايزة نوفل





هيليت ماركو



جان الحكيم



دلال محمود



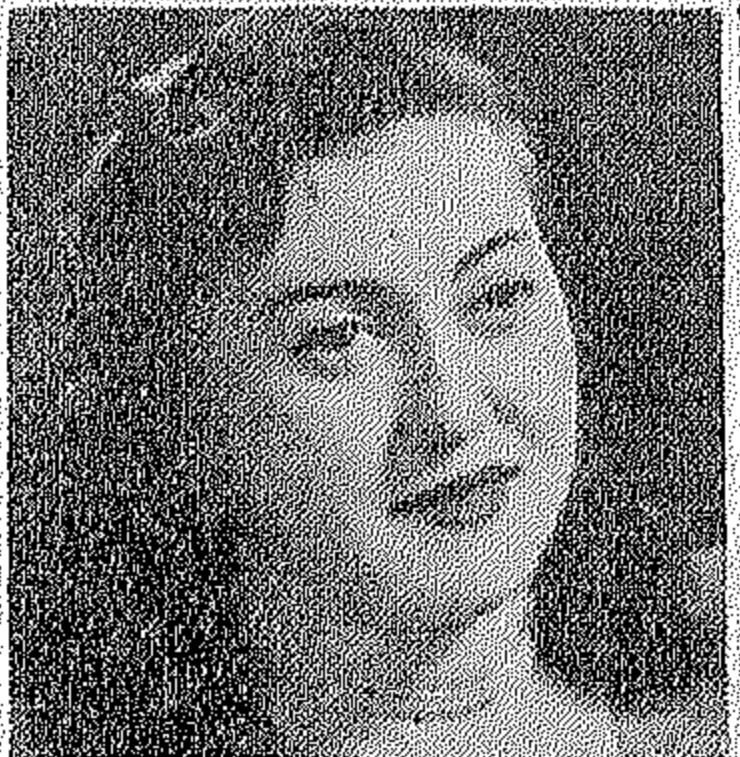
جاسان شريف



سميرة محمد حسين



عزة العندور



فوقية رافت



سليمي نعماني



سهير مشرفة



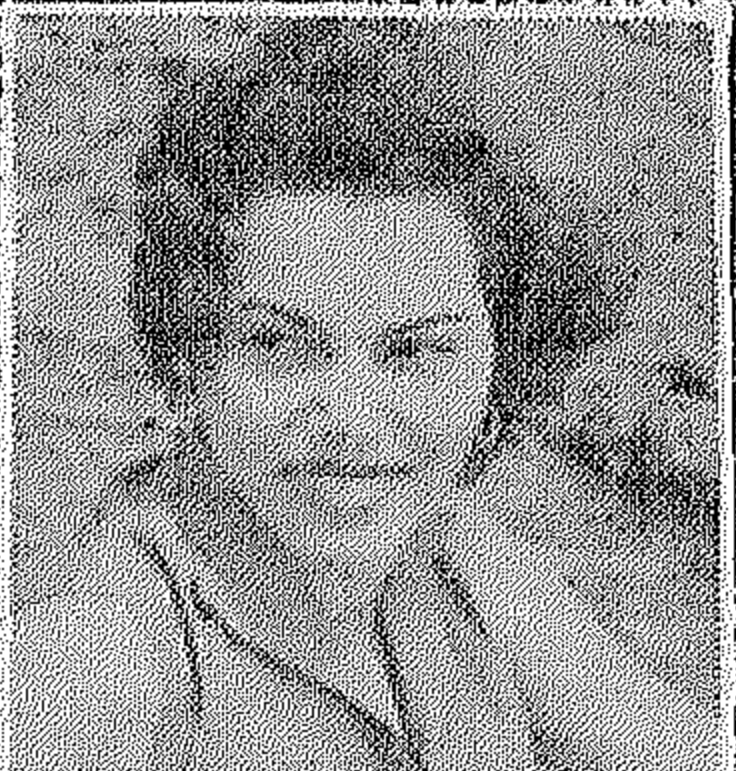
زاهد اسماعيل



فوقية عبد الرازق



جوزفين رياض سليمان



صبيحة فهمي امين



غزيرة الاسلامبولي



نعمت يعقوب



زينب محمد علي



اشراح وهبي



امينة رجب



سوزان حنين



شكرية محمد وهبي



امال صليب



يasmine محمد الحنين



فوزية علي شام

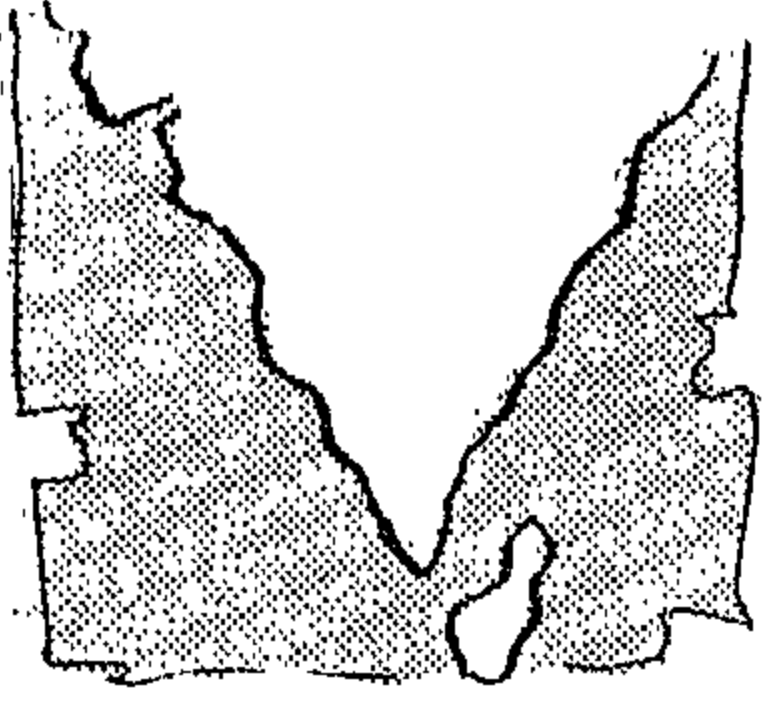


فوزية شحانه



صفية حسن البان





٣ - تتكون «القارة الهندية» من  
هضبة كبرى يطلق عليها  
الجغرافيون اسم :  
( أ ) هضبة التبت  
( ب ) هضبة الدكن  
( ج ) هضبة منقوليا

٢ - اين بدأ الزعيم الانسانى  
العالمى غاندى كفاحه من اجل  
الانسانية ؟  
( أ ) فى الهند  
( ب ) فى بورما  
( ج ) فى جنوب افريقيا

١ - كم تبلغ عدد الاعوام التى  
امضاها نهرو زعيم الهند فى  
السجن ؟  
( أ ) ١٢ سنة  
( ب ) ٢٠ سنة  
( ج ) ٥ سنة

## عهد جديد فى حياتك

والعهد الجديد بخلاف  
القديم مليء بالمسئوليات  
والمشاكل والمشاكل...  
أنت ربة بيت الآن...  
ولست مسئولة عن نفسك  
فقط ، ولكنك مسئولة عن  
عشك الجديد وعن شخص  
آخر يشاركك فى كل صغيرة  
وكبيرة من حياتك...  
يشاركك فى أفراحك  
وأحزانك... وفى مسراتك  
وهومك...  
ان وقتك فى فترة الخطوبة  
كان يضيع فى غالبية الاحيان

كلمة هذا الشهر ليست  
للجميع ولكنها لكل عروس  
جديدة فقط... أو لكل من  
هى فى الطريق الى أن تكون  
عروسا...  
وعلى كل حال فلا مانع  
من أن تقرأها كل سيدة  
متزوجة أيضا ، لأنه لا ضرر  
منها على الاطلاق...  
أنت عروس الآن ، فى  
مطلع حياة جديدة بالنسبة  
اليك... لقد انتهى عهد من  
عهود حياتك ، وابتدأ  
عهد جديد...



ان الزوج يريد أن يرجع  
الى منزله ليستريح من عناء  
العمل... انه يريد منك  
أن تشعره بالفارق الكبير  
بين جو العمل وجو المنزل...  
ولذا عليك بتوفير ذلك له  
بقدر الامكان...  
ان الطريق ليس صعبا  
كما تتصورين...  
انه لا يحتاج الى أدوات  
التجميل من مساحيق وكريم  
وما الى ذلك... انه يحتاج  
الى البساطة... فكلما كنت  
بسيطة حصلت على حب  
زوجك وتقديره لك...  
واياك أن تفكرى فى أن  
زوجك انما يأتى الى المنزل  
للنوم والاكل فقط...  
ان المنزل ليست هذه  
وظيفته والا ما احتاج زوجك  
الى الزواج... انه يريد أن  
ينعم بجو آخر خلاف الجو  
الذى عاش فيه طوال يومه  
يعمل ويكد...  
لقد أتعب نفسه فى سبيل  
أن تساعد على بناء هذا  
العش وتوفير هذا الجو فلا  
أقل من أن تستجيبى له  
وتوفرى كل احتياجاته...  
لا تستقبله وعلامات النوم  
مرتسمة على وجهك...  
ان هذه العلامات تشعره  
بأنه قادم الى فندق لا الى  
منزله...

فى سبيل تحقيق غاية  
واحدة هى التجميل والتزين  
والبحث فى آخر الموضات ،  
والتنقيب عن أحدث الموديلات  
أما الان فليس هناك وقت  
لمثل هذه الامور التى لا تعنى  
سوى مظاهر الحياة فقط...  
هناك أعمال كثيرة أمامك  
يجب الاهتمام بها...  
وليس معنى هذا ان البحث  
فى شئون التجميل والتزين  
تفاهة يجب طرحها جانبا...  
نحن لا نقول ذلك أبدا ،  
ولكننا نقول أن هناك أمورا  
أخرى يجب أن تشغل بالك  
أساسا ، ولتكن البقية  
الباقية من وقتك... البقية  
التى نطلق عليها وقت الفراغ  
يجب أن تكون لهذا الهدف...  
اعمل على أن تظهرى أمام  
زوجك وكأنك الخطيبة  
القديمة التى تعود أن يهرع  
اليها فى الاوقات التى يطرح  
فيها مشاغل العمل جانبا...  
ولتكن عنايتك بشعرك مثلا  
مثل العناية الاولى...  
ولتكن عنايتك ببشرتك  
عما كانت فى فترة الخطوبة...  
ولتكن أناقتك كاملة كما  
كانت على الدوام...  
واحرصى على أن تأخذى  
حماما يوميا يحدد نشاطك  
ويزيل كل آثار أعمال  
المنزل والجهد منك...



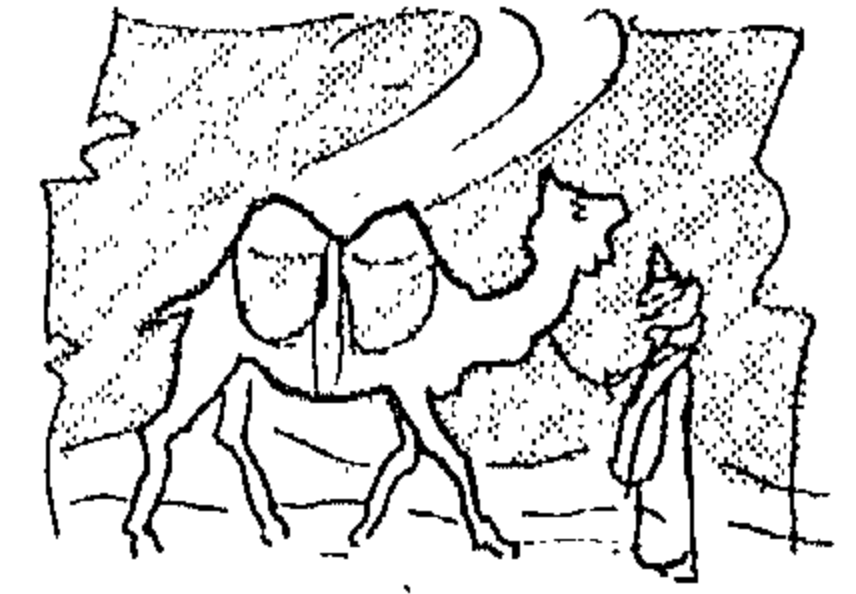


استحملي واستدقي  
كريم سوليا لكي  
تزدادين سحرًا وجمالًا  
ان بشرتك تحتاج الى  
وقاية مستمرة  
من التأثير الضار  
للهرياح والأمطار .  
وكريم سوليا هو  
خير واقتل بشرتك  
لأنه يسهل عليها على  
مقاومة التقلبات الجوية  
وبذلك يحافظ عليها  
من الجفاف والخشونة  
فتبدو دائمًا نضرة  
كالزهرة ناعمة كالحرير  
وتصبح فتنتك ماثرة لا عجاب  
اينما حللت او سرت .



كريم  
سوليا

كريم سوليا الوحيد الذي يحتوي على مادة الاسارات التي تحتاجها البشرة لتكتسب جمالاً  
انتاج مصنع بيردورف هامبورج ألمانيا  
١٩٩٥



٥ - اوجد الاستعمار في جنوب  
افريقيا نظاما هو التفرقة  
اللونية واوجده في الهند  
نظاما هو :  
( ا ) السيخ  
( ب ) المنبوذين  
( ج ) المهاسبها  
( البقية ص ٨٧ )

٤ - هل هناك صحارى في شبه  
الجزيرة الهندية ؟ واين تقع  
هذه الصحراء ؟  
( ا ) صحراء ثار شمالي غرب  
شبه الجزيرة  
( ب ) صحراء النفود في الوسط  
( ج ) صحراء النقب في الجنوب

يجب أن تضعي نصب  
عينيك أن تقضيا هذا  
اليوم بعيدا عن المنزل أو  
بعيدا عن المنازل اطلاقا . .  
وأنا أقصد بذلك أن  
الكثيرات يقضين هذا  
اليوم في زيارة الاقارب  
والمعارف بينما يجب قضاءه  
في أي مكان آخر . .  
والحكم الذي ينطبق على  
العطلة الاسبوعية ينطبق على  
العطلة الصيفية أيضا ، الا  
أن التفكير في كيفية قضاء  
الاخيرة يستلزم التفكير في  
توفير المادة اللازمة لذلك .  
والوسيلة الوحيدة للتغلب  
على هذه العقبة المادية هي  
أن تتفقي أنت وعريسك أو  
زوجك في توفير جزء من  
دخلكما للصيف . .  
ان هذه الرحلة الصيفية  
في الواقع ليست سوى  
تجديد لشهر العسل  
فاحرصى على أن تستمتعي  
بها قبل مجيء الاطفال . .  
اننا ننسى دائما ذكرى  
أيام طفولتنا على مر الزمن .  
ولكن تلك الايام التي  
نمضيها على الشواطئ أو  
في الريف هي وحدها التي  
تبقى متوهجة في ظلام الماضي  
لتبعث في قلوبنا الدفء ،  
وتدفع في شفاهنا الابتسام .  
أ . خ .

وقومي بكل ما يتعلق  
بجمالك وزينتك بعيدا عن  
ناظريه ، ويحسن أن تقومي  
بها قبل قدومه . .  
واياك أن تدخل سريرك  
وأنت رابطة شعرك أو واضعة  
الادوية والمستحضرات  
المختلفة على بشرتك . . .  
انك ان فعلت ذلك  
ستصدمينه في الفكرة التي  
كونها عنك في فترة الخطوبة  
والان فلنترك موضوع  
التجميل والتزين . . ولندخل  
في موضوع آخر . .  
يجب ان تتفني في اظهار  
جاذبيتك لزوجك . .  
والجاذبية لا تعتمد على  
التجميل فقط ، ولكنها  
تعتمد الى حد كبير على شيء  
قد تعتقدين انه غريب . . .  
انه يعتمد على رائحتك . . .  
أي والله رائحتك . . .  
تخيري لنفسك عطرا خاصا  
عوديه عليه ، ولا تكوني  
مغالية في استعمالك له اذ  
يحسن الاقتصاد حتى تبدي  
طبيعية بسيطة . .  
وأخيرا عليك بحل مشكلة  
كبيرة تعترض أكثر زوجاتنا  
انها مشكلة «وقت الفراغ» . .  
كيف تستمتعين انت  
وزوجك بيوم العطلة  
الاسبوعية ؟ ؟

**فريادور**

**المرأة الجديدة**

**عن داب بنت النيل**

**باللغة الفرنسية**

**عروض عن الفن العبي في مصر**

**طباعة انيقة - ٧ ألوان - لوحات ممتازة**

**ترقبوه خالص صوره**



# الاسلام منبع الطب الحديث

للدكتور عدلى أباطه



قال عليه الصلاة والسلام « إذا ولغ الكلب في اناء احدكم فليغسله سبعة احمدهن بالتراب » والتراب يسمى بلغة الطب La Terra أى التربة والتراب ومنها اشتق الاسم ( تراميسين ) وهو أحدث مبيدات المكروبات وأقواها ، ولا يزال التراب يستعمل في القرى كمطهر للجروح ويندر ان يحدث منه تسمم رغم تلوثه بمختلف أنواع البكتريات ، والتراميسين - عقار مستخلص من فطر يعيش في صميم التربة ومنها اشتق اسمه ، واليه يرجع الفضل

في قدرته الفذة ، مع بساطة متناهية في كيفية الاستعمال لما امتاز به التراميسين من ثبات عجيب يقيه من التلف أو التحلل بالمؤثرات الطبيعية أو الكيماوية . ويعد هذا الكشف أهم حدث في عالم الطب أعقب اكتشاف ( البنسلين ) ، تلك المادة التي أحدثت انقلابا شاملا في طرق العلاج ومصدر الامراض ، فمكروب الالتهاب الرئوى كان يودى بحياته صاحبه في أغلب الاحيان ، وقد قلت ضراوته باكتشاف السلفا ، أما بعد ( البنسلين ) فقد اصبح عاجزا تماما عن أن يحدث أتفه الاضرار . غير ان ( البنسلين ) مادة مدلة تتطلب المبالغة في

الحيطة للحصول على الاثر المطلوب ، فهي تتأثر بالحرارة وتحلل بحموضة المعدة ، ومن ثم لا يجدى تناولها عن طريق الفم فتيلا ، وكذلك تتلف بالكحول ، و ( البنسلين ) يترك الدورة الدموية سريعا ، لذلك وجب ان يخقن به المريض كل ثلاث ساعات ليلا ونهارا مع ما فى ذلك من مشقة وعناء وازعاج للمريض وذويه - ولقد بذلت محاولات عدة لاستبقاء ( البنسلين ) في الدورة الدموية مدة طويلة ، فأضيف له الشمع تارة ثم الزيت تارة أخرى ثم اليروكاين أخيرا ولكن لكل هذه الانواع مساوئه مما يضع الطبيب المعالج في مركز دقيق ، اذ عليه ان يزن الامور جيدا لاختيار الاصلح منها - والى جانب هذا هناك مكروبات كثيرة لا تتأثر بالبنسلين وما أعقبه من مبيدات وقد ثبت أن كل عقار له مبيداته الخاصة .

و ( التراميسين ) مجال واسع في مقاومة البكتريا من مكورات وعصويات ويصلح للتعاطى عن طريق الفم . وقد دلت التجارب الاولى على ان ( التراميسين ) يشفى معظم الالتهابات الحادة ، ويشفى الالتهاب الرئوى في مدة يومين ، وقد يشفى مرض السيلان في ٢٤ ساعة . وشفى حالات من السعال الديكى في ٣ أيام وحالات من الحمى المالطية في ٣ أيام ، وبعض حالات من التيفوس في ٤ أيام وهذه الحالات كلها تبعت على التفاؤل الشديد .

ننتقل بكم الى اية من ايات الله الكبرى قال تعالى في سورة النحل « ثم كلى من كل الثمرات فاسلكى سبل ربك ذللا يخرج من بطونها شراب مختلف ألوانه فيه شفاء للناس أن فى ذلك لآيات لقوم يتفكرون » .

ان لعسل النحل فوائد غذائية للصحيح كما للمريض بل ويلائم المريض لانه شفاء ،

وتلك الخواص يعرفها القدماء ويتداولونها ، غير أننا الان بصدد ما أثبتته العلم الحديث فى الابحاث التي بينت وفست الاية الكريمة والاحاديث النبوية بخصوص غسل النحل وكيف أنه شفاء ، والسر يتلخص فى أن عسل النحل ليس البيئة غير الصالحة الملائمة لحياة المكروب فحسب بل ان المكروب يهلك ويموت اذا مكث فى عسل النحل ، وهذا ما قاله العلم الحديث .

اعتقدوا قديما ان عسل النحل وسط ملائم لنمو البكتريا وتكاثرها كما هو الحال فى اللبن . ولكن أحد العلماء الزراعيين ( الدكتور Sachell ) البكتريولوجى بجامعة كولورادو أثبت بالادلة القاطعة ان عسل النحل خال من المكروبات وأنه بيئة غير صالحة لمعيشتها ، ذلك أنه أدخل فى كمية من عسل النحل كثيرا من انواع المكروبات الضارة بالانسان ، فما أشد دهشته عندما وجد انه قد قضى على بعضها بعد عدة ساعات وعلى بعضها آخر بعد عدة أيام . ويقول ان مزرعة التيفود كان نموها بطيئا محدودا جدا ، كما ان احتمال نقل العسل لهذا المكروب ومكروب الدسنتاريا ضئيل جدا .

وتبين أن Btyphosus التيفوس لم يعد له أثر بعد مضي ٤٨ ساعة من ادخاله فى عسل النحل . والباراتيفوس هلك بعد ٢٤ ساعة وان عصيات الدسنتاريا تهلك بعد ١٠ ساعات .

ويذكر دكتور اخر عالم يدعى Sturtevant أن عسل النحل غير صالح لبكتريا للاسباب الاتية :

- ١ - لانه حامض التأثير
- ٢ - لزيادة نسبة تركيز المواد السكرية التي قدرت الى ٨٠ ٪
- ٣ - لانه ذو ضغط اسموزى عال .

شركة

الفضل الأهلية المصرية

والشركة

لمصرية لصناعة المنسوجات

مصانع غزل ومنسوجات

بالاسكندرية



# انتفاخ الاصابع

ان انتفاخ الاصابع ، على العكس مما كنا نعتقد ، مرض فيه الشيء الكثير من الغرابة . وكان الناس يعالجون هذه الحالة فيما مضى بدهن الاصابع المنتفخة بالشحم . وبعد ذلك صار الناس يدهنون اصابعهم بصبغة اليود . وفي خلال الحرب الاخيرة اصبح العلاج بالكالسيوم يؤخذ من الداخل ثم جاء بعد ذلك الستيروجيل ١٥ . وفي الوقت الحاضر ينصح الطبيب بازدراد مستحضرات تحسوى فيتامينات وخاصة الفيتامين ف . ويقول الاطباء ان بعض المستحضرات مثل الفرجان ان وضعت رأسا على المنطقة المصابة عادت الى طبيعتها الاولى

ويبدو أن الطب لم يصل بعد الى الحل الاكيد . ويبدو على الخصوص ان الاطباء لم يصلوا بعد الى تحديد أسباب حدوث هذه الانتفاخات . فالأسباب الظاهرية هي البرد ولكن في الواقع يوجد بالتأكيد سبب داخلي لم يحدد بعد

وعلى أي حال فهناك نساء معرضات لهذا الانتفاخ الذي يصيب الاصابع في فصل البرد . وهن يعرفن مقدما انه اذا ما جاء البرد عاد اليهن هذا المرض

وقد كتبت لنا احدى القارئات تطلب منا النصيحة . . اننا نشير على هذه القارئة العزيزة وعلى غيرها من القارئات اللواتي يتعرضن لهذا الداء بأن يكون غذاؤهن متنوعا وغنيا بالخضروات الطازجة والفواكه . وان يدلكن الاجزاء الحساسة : الايدي والاقدام بكريم جيد

تدخل في تركيبه الفيتامينات ولا بأس من وضع شيء من اليود الابيض بعد التدليك . ويقال أيضا أن الحمامات بماء وملح ساخن ثم بارد ثم ساخن وهكذا مفيدة جدا لهذه الحالة . ضعى في وعاء ماء باردا وفي وعاء اخر ماء ساخنا بقدر المستطاع . وبسرعة انتقل من وعاء الى وعاء ، سواء كان الامر متعلقا بالاقدام ام بالايدي . وفي الواقع انك لن تشعري لا

بالبرودة الزائدة ولا بالحرارة الزائدة لانك لن تضعي قدميك أو يديك الا للحظة بسيطة . وينصح الاطباء أيضا بتنشيط حركة الدم في الاطراف التي تكون عادة معرضة لهذا الداء . ويكون ذلك بتفريشها على الناشف بفرشاة متوسطة الصلابة . وعندما تكون الايدي والاقدام باردة فيجب الا تقربها فجأة من مصدر حرارى بل ندفئها بالتفريش او بالتدليك او بالتمرينات الرياضية ان ما تقدم وسائل وقائية قد تمنع حدوث الانتفاخ ولكن ان وقع المحذور فلا بد من عرض الحالة على الطبيب فذلك افضل كثيرا

## كيف تكافئ البرد؟

لا يوجد انسان يستطيع ان ينفي فائدة البرد . ولكن لا يوجد انسان أيضا يستطيع ان ينفي مضر البرد وما يجلبه علينا احيانا من امراض قد تصيبنا بسبب اهمالنا ان الرطوبة ايضا ليست بالصديقة التي يصح معاشرتها . وخير لنا أن نحتاط منها ومن نتائجها وهناك الوقاية الخارجية التي تتكون من الملابس والاحذية الخ . . . وهى أمور لا تدخل في اختصاصاتنا . كذلك توجد العناية الداخلية ، وهى بعيدة عن أن تكون مضايقة . ولكن يجب ألا نسيء استغلال هذه الوسائل بل علينا أن نستخدمها في شيء كثير من التعقل

وان اصبحت بزكام يجب أن تبادري بعلاجه . وان كنت من اللواتي اعتاد الزكام عليهن يجب ان تعرضي نفسك على اخصائى فى امراض الانف والاذن والحنجرة . فالزكام الزمن يؤذى صاحبه وقد يتطور ويضعف الصدر

لا تجلسى مدة طويلة فى مكان دافئ ثم تخرجى فجأة الى مكان بارد . يجب أن يكون الانتقال من الدفء الى البرودة بالتدريج . مثال ذلك : ان كنت فى مسرح او فى أى مكان عام مقفول وأردت الخروج ، كان من الواجب أولا ان ترتدى معطفك ثم تقفى قليلا فى المدخل الذى يكون عادة أقل دفئا من القاعة التى كنت فيها . فان مكثت عدة دقائق استطعت الخروج الى الهواء دون أن تخشى اذى البرد

لا تدفئى حجرتك اكثر من اللازم والا أصابك البرد وما ينتج عنه عند خروجك منها

وحبذا لو كنت من اللواتي يشعرون بالبرد اكثر من غيرهن ان تؤدى بعض التمرينات الرياضية كلما شعرت بالبرد . ان الحركة تنشط حركة الدم فى الجسم فاذا نشط الدم عاد الدفء الى الجسم

**ريفيولى**

هدية الشتاء  
الشمسية  
الانيقة  
الفاخرة

**الحقائب**  
ذات الدفئة  
والمتانة  
والذوق الرفيع

**ريفيولى**

بيت الهدايا  
القاهرة  
الاسكندرية  
١١٨ شارع محمد بك نوري  
٨ شارع شريف باشا  
١٣٦٨ - ٢٤٢٢

يطلب أصدقاء بالمراسلة  
طالب ألماني يجيد اللغة  
العربية والالمانية يريد  
المراسلة مع طالب أو طالبة  
مصرية تدرس اللغات  
الحية .

راسلوا :

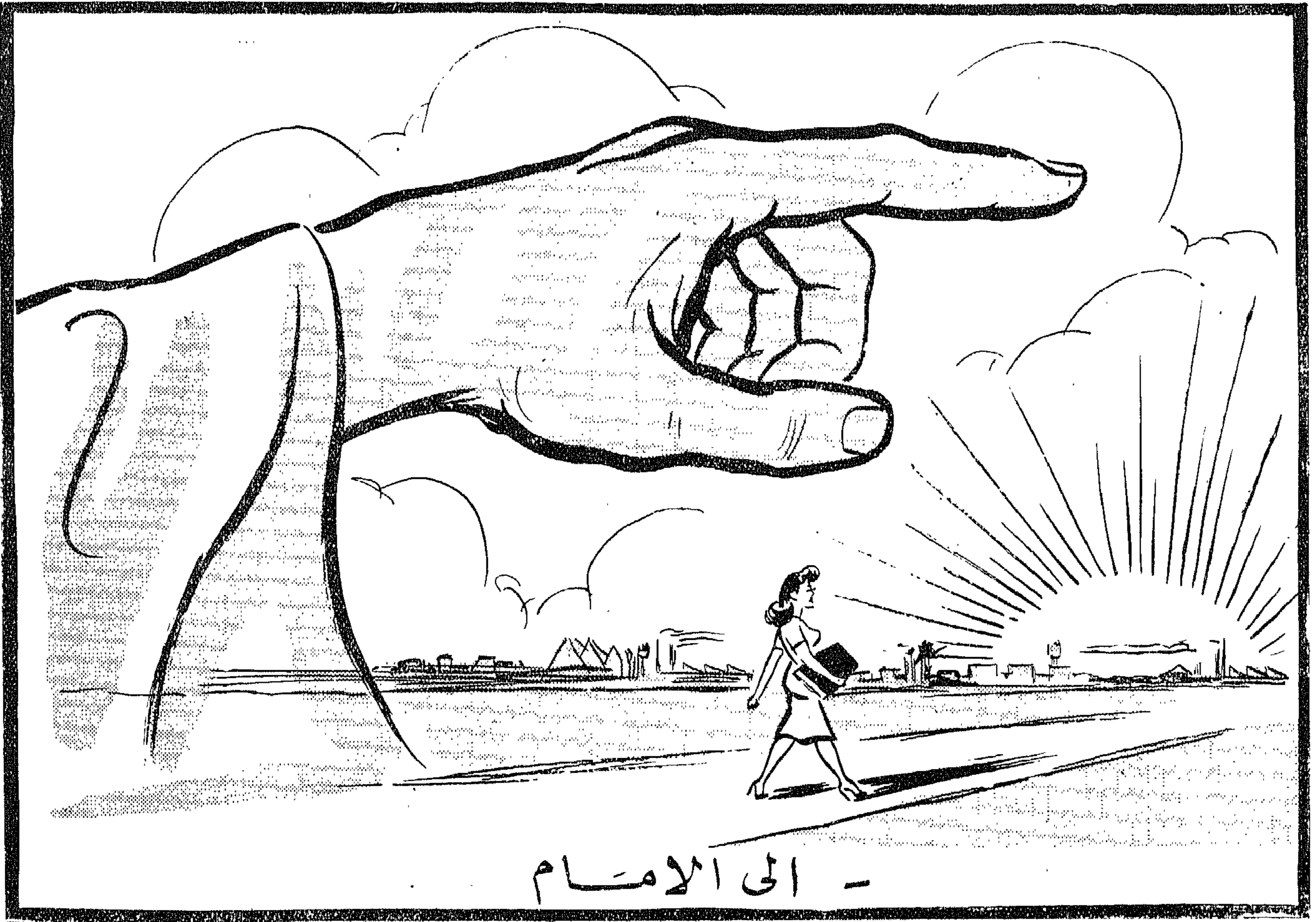
Mr. MOMIRO UB.  
HUBER

RENATAST. 1/3  
MUNICH.—GERMANY

بنك مصر

درج بنك مصر منذ  
نشأته على مساهمة  
النهضة التقدمية . فلما  
تفجرت النفوس وانبعثت  
الثورة وانبثق نور الشعلة  
المقدسة تجاوزت كل هذه  
الظواهر مع النهضة  
الطبيعية لبنك مصر ومع  
الاهداف العليا التي رمى  
اليها في حرب الاستعمار  
الاقتصادي فأنشأ شركاته  
التي كانت جيوشا حارب  
بها الاستغلال الاجنبي في  
شتى ألوانه والرق الدخيل  
في مختلف صوره .





## - الى الامام

المقضاء اذا لم يعطك النفقة  
السكائية وخاصة انه ثرى وواجب  
عليه الاتفاق على اولاده وانصحك  
ان لم يستجب لهذا التهديد ان  
تلتجى فعلا للنساء اننى سنعصفك  
وينصف اولادك ويقرر لهم نفقة  
بنسبة يسار ابيهم وما يلزمهم من  
مصاريف وطبقا لمستوى الاسرة  
ومن ناحية الرضاعة فلك الحق  
فى اجرة الرضاعة الا اذا كان  
عنده هو من يرضعهم بدون اجر  
فحينئذ لا يمكن اجباره على ان  
يدفع لك اجرة رضاعة الا اذا كانت  
طفلك ترفضان تلقى الرضاعة من  
غيرك .

ترين من ذلك يا سيدتى ان  
القانون قد حافظ على حقوقك  
والمطلوبات امثالك . فلا تهملى  
حقوقك وحقوق اطفالك .

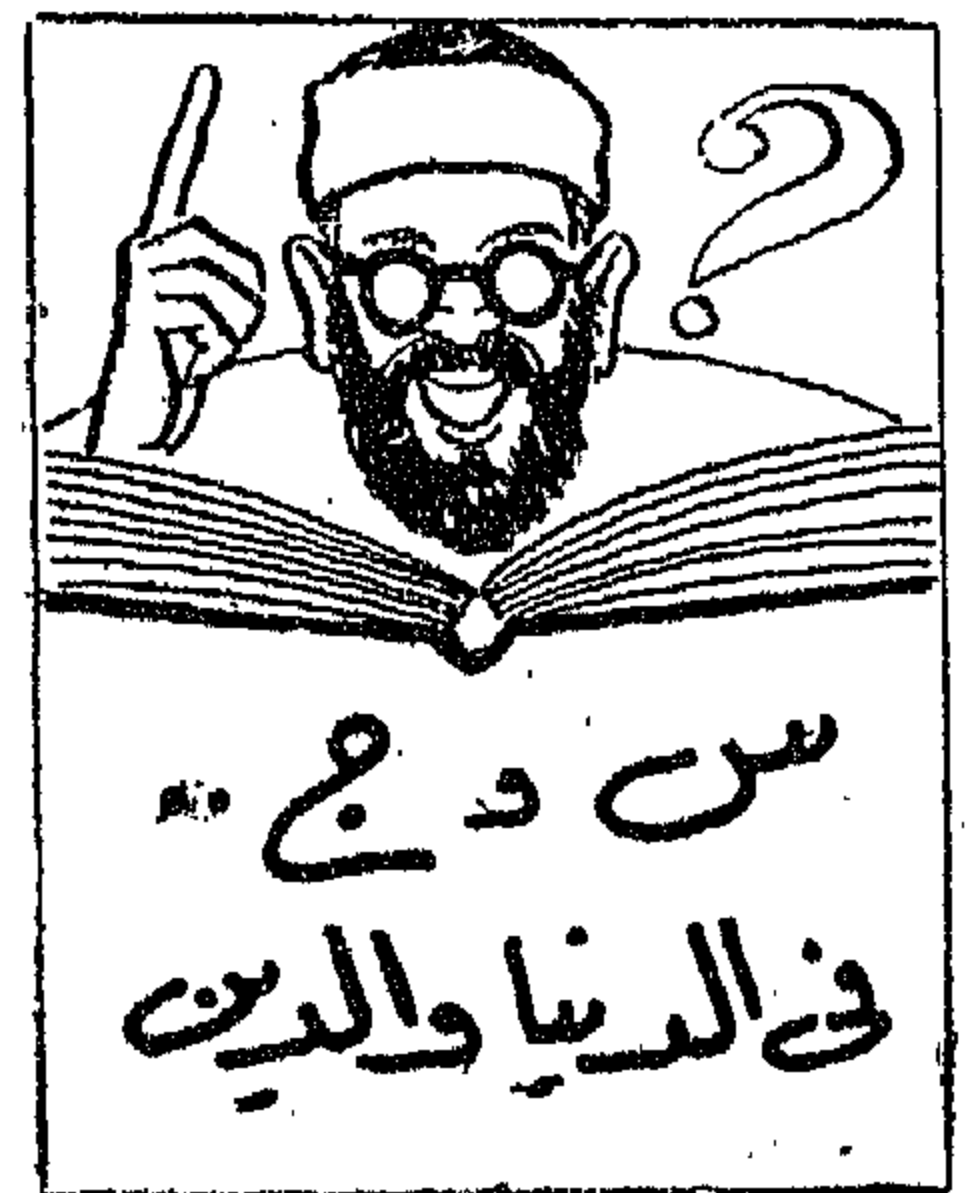
سانو

شهريا خمسين جنيهها رغم ثرائه  
الفاحش واكتفيت بهذا القدر حتى  
لا ادخل فى مشاكل قضائية معه  
وتكون بهدلة امام الناس ولكنه  
تزوج اخيرا وابتدأ يراوغ فى  
دفع النفقة الشهرية الينا . فكان  
يعطينا مرة ١٥ جنيهها وثارة ١٠  
جنيهاً واصبحت ضعيفة هزيلة  
لا اقوى على ارضاع بنتى اللتين  
يبلغن من العمر ستة شهور الان  
وقال لى اقاربى ان لى الحق فى  
اجرة رضاعة منه فضلا عن حقى  
فى نفقة البنات الاربع فهل التجيء  
للقضاء لنيل حقوقى وما هى هذه  
الحقوق ؟

ج - ارى يا سيدتى ان زوجك  
ما هو الا اب قاس ويجب عليك  
المحافظة على حقوقك وحقوق  
اطفالك الذين هم امانة فى عنقك  
فلا تتورعى فى تهديده والالتجاء

ابنتا ايضا فغضب غضبا شديدا  
حتى وكأنى ادخل فى علم الله  
وارتكب ذنبا بانجاب البنات  
وقلب حياتى رأسا على عقب واصبح  
لا يطيق البقاء فى المنزل واذا  
مكث معنا كل حديثه خناق وضاق  
بى ذراعا لاننى ام البنات وانه سوف  
يعيش محروما من الصبيان ودى  
عيشة تجن . الخ

وحملت للمرة الثالثة وفرحت  
بأمل انجاب الولد وتحسنت معاملة  
زوجى لى وكنت اطلب من الله ليلا  
ونهارا ان يرزقنى بولد وكان كل  
حديث زوجى يدور وكأنه ضامن اننا  
سنرزق ولدا ولكن من سوء طالعى  
انجبت توأمتين . فكانت صدمة  
قاسية علينا جميعا وسببا فى ان  
يطلقنى زوجى عقب الولادة وتحملت  
كل هذا بايمان وصبر وضممت  
اولادى الى وكان يعطينا ابوههم



س - اورى لكم ماساتى التى  
كتبتها بدموع عيني منذ تزوجت من  
عشر سنوات . عشت سعيدة فى  
أولى سنى زواجى وانجبت فى  
السنه الاولى بنتا فرعل زوجى  
وتكدر لهذا الامر ثم هدا متمشيا  
مع قول الناس « ان من جاب البنت  
يجيب الولد المرة الجاية » ولكن  
للأسف فى المرة الثانية انجبت



# آخر مجلس من المحاكم الشرعية

## وداع المحاكم الشرعية

المحاكم الشرعية في آخر الطريق لتنضم للمحاكم الاهلية بعد توحيد قضاء الاحوال الشخصية ، وقد ذهبت لاسجل فيها بعض سور الوداع الاخير

وكانت اول صورة طالعني فيها لعامل في مصنع للنسيج جاء يظن في وصية لابي له الذي حرمه من بعض ميراثه واوصى به لزوجته ثابة تزوجها في اخريات ايامه وفي طريقى الى قاعة المحكمة صادفتنى «زفة» .. جمع من النساء والرجال يتوسطهم شباب «ابن بلد» في جلباب حريصى هفهاف ، وعلت من وسط الجميع اصوات تنشد :

يامحنى ديل العصفورة

الدراسة هي المنصورة

وسألت عن سر هذه الزفة ، فاذا الشاب صاحب مقهى بلدى ، قد حكم له بالطاعة على زوجة . والشباب احد فتوات الدراسة والزوجة ابنة احد فتوات الحسينية وكانت حياتهما هنية مستقيمة حتى نسب الخلاف بين الزوج ووالد زوجته لتنافسهما على شراء بيت صغير . ثم تطور الخلاف الى ان تشابكا في مضاربة انتصر فيها الزوج ، فعزت على صهره الهزيمة ، فأخذ ابنته الى بيته واقسم الا تعود الى بيت زوجها ، وكان ان طلبها الزوج لبيت الطاعة وحكم له ورأينا الزوج ينادى باللع عرقسوس يتجول في فناء المحكمة ويصيح فيه :

اسقى المحكمة كلها شربات على حسابى يا عطوة

واخذ بائع العرقسوس يطوف على المجتمعين حول الزوج باكواف الشراب ، وهو يردد مع المنشدين فى ابتهاج وفرح :

يامحنى ديل العصفورة

الدراسة هي المنصورة

زفة حزينة

وانصرفت الزفة . وجاء بعدها جمع كبير اخر ، ولكنه كان جمعا واجما حزينا يتوسطه شاب ابن بلد اخر ، فتقدم اليه بائع العرقسوس يقول له :

اسقيهم شربات يا معلم !؟

فصاح الشاب الحزين فيه فى حدة وغيظ :

اسقيهم زفت يا سى نيلة

الشيخ صالح

وعلى باب قاعة الجلسة طالعني صورة عجيبة رائعة «الشيخ صالح

كاتب عمومى فى الخامسة والثمانين من عمره ، قضى فى مكانه هذا ستين عاما يكتب العرائض والاوراق القضائية الشرعية ، فان لم يجد ما يكتبه سلم نفسه الى نعاى عميق لا يعكر صفوه الا صياح الجماهير وصخبهم ونجيجهم من حوله . انه فى جسده الدقيق المحطم ووجهه المعروق الممزول الفارق فى لحيته الكثنة الكبيرة ، وملابسه الرثة البالية ، وذلك الدوسيه القديم الذى يضم اوراقه . انه فى كل هذا صورة قديمة بالية لماض بعيد حقيق . سألته عن أسعد ايامه فاجابنى : «ايام الحرب اللى فاتت .. كانت الفلوس كثير ، وكان الجواز والطلاق كثير» ثم سأله عن رأيه فى المزعج الذى يطالب بتقييد عدد الزوجات فاجابنى فى فلسفة عميقة «يا ريت ياسيد . ساعتها الطلاق يكثر والحالة تروج عندنا»

مشكلة اخرى

وعلى باب قاعة الجلسة ايضا طالعني صورة اخرى اعجب واروع ، بنت البلد كأجل وافتن ما تكون .. القوام المشوق الملقوف فى الملاة السوداء ، والوجه المعرى الصميم السافر تبرز فيه عينان سوداوان فى سعة واستدارة ، جاءت تطالب بنفقة عدة من مطلقها الذى باع جمالها ليشتري مال زوجة جديدة عجوز

سيدات انيقة ثنائ

وخرجت من قاعة الجلسة سيدتان اثقتان متشحتان بالسواد تبتكيان فى حرقة وأسى . وكان باديا انهما من الطبقة الراقية . رأيتهما تتجهان الى سيارة انيقة «باكار» كانت فى الفناء ، فيها شابة حسنة متشحة بالسواد مثلها ، قالتا لها شيئا ، شاركتها بعده البكاء والعيول الذى مالبت ان عرفت سره .. فهذه الحسنة الجالسة فى السيارة مطبقة ، وزوجها موظف فى الخارج اغرته اجنبية ليتزوج منها ففعل وطلق زوجته المصرية ، وقد حكم له يوم كنت هناك بضم ابنه الذى كان فى حضانة الام المطلقه ، ومن هنا كان البكاء

بنت البلد فى موتوسيكل

وفجأة وقعت عيني على موتوسيكل ملحق به سايدكار .. قد احتلته بنت البلد الجميلة التى لقيتها عند باب قاعة الجلسة ، كنت هى الاخرى تنتظر الحكم فى قضيتها ، ولم يلبث ان جاء الحكم لبنت البلد مع أخيها صاحب الموتوسيكل ، حكما مالت له فرحا

وطربا ، فقد قضى لها بالنفقة التى طلبتها

وتحت سلم ردهة المحكمة الداخلية صورة قديمة اخرى اتربة سجل ٣٠ عاما من عمر المحكمة «حسن ابو الروس» عجوز ضريب يبيع اوراق التمغة يفتى رواد المحكمة فيما يشكل عليهم أو يستغلق فهمه من اسرار القضاء الشرعى واحكامه . وهو يبيع اوراق التمغة بربح مليكات قلائل ويقدم فتاوى مجانا ، سمعته يتحدث الى سيدة من بنات البلد ويسألها :

هيه ، عملتى ايه يا أم عبده

مافيش حاجة ، القاضى قال مداولة

عال . لازم تستنى بعهد المداولة وتسمى الحكم

ماسمعته

عال .. خير ان شاء الله

خير ايه يا عم حسن ، القاضى قال عدم سماع

عال خالص ، يعنى الحكم الابتدائى اتأيد واترفضت معارضة طليقتك فى النفقة

وكان جواب السيدة زغرودة حادة اطلقتها فى ردهة المحكمة ، بعد ان فهمت من الفتى العجوز ان الحكم كان خيرا .

ورأيت عجوزا متقدمة جدا فى السن على وجهها اخايد وفضون عشرات السنن التى سلختها من العمر ، وعلى حجرها طفل رضيع تهدده ، وتحاول وقف بكائه وعويله ، والى جانبها جارة لها وابنتها . وقد جاءت العجوز مع ابنها الذى انتزع طفله من طليقتة بالقوة بعد ان طلقها . وجاءت طليقتة الى المحكمة تطالب بحضانة أطفال . ان العجوز تقول فى عزم واصرار :

مهما كان الحكم ، مستحيل أفرط فى الولد . تطلع روحى ولا أسيبش الولد من ايدي

تقولها وهى تثبت باصابعها الضامرة المعروقة بالطفل ، وكأنها تؤكد عزمها واصرارها بهذا التشبث وشاء القدر ان يحقق لها اميتها على الاقل ذلك اليوم اذ أجليت القضية وعادت العجوز بحفيدها الى بيتها

فضيات كريستوفل

تكتب ما عرفت رونت ما عرفت صمنا بحدودنا وجمالنا

Christofle



# حافظى على صحة أسنانك

## الشفاه العذبة

ان السائل المخاطى الذى تفرزه الشفة يبلى بسرعة . فان كان «الروح» لا يناسبها أو كان الجو باردا أو كنت من اللواتى يعضن شفاههن بأسنانهن أو يمسحنها من آن لآخر بلسانهن ، جفت شففتك وفقدتا بريقهما ، وبالتالى سحرهما . ويأتى الشتاء فتصاب الشفاه المهمة بالقشف . اعلمى اذن على العناية بها لتظل ناعمة ونضرة .

ان ابتسامتك العذبة لا تتوقف فقط على أسنانك البيضاء بل على شففتيك ورأحة تنفسيك أيضا .

فى الصباح بعد النهوض من النوم ضعى عليها طبقة من الزبدة واتركيها كذلك أطول مدة ممكنة ثم أزيلها بفوطة مكياج أو بقطعة من القطن قبل أن تضعي أحمر الشفاه .

وفى المساء مكياج بهذا المزيج :  
عسل أبيض ٢٠ جم  
زيت إوز حلو ٣٠ جم  
أو أدهنيها بهذا المزيج :  
عسل أبيض ٥٠ جم  
فازلين نصف سائل ٥٠ جم  
زيت الفسازلين ٢ جم  
روح السورود ٢٥ جم

ان هذا المزيج يصلح للواتى يبللن أو يعضن شفاههن . ويصلح أيضا لعلاج قشف الشفاه وان كانت شففتك معرضتين للجفاف فى الشتاء وللتقشير ، فما عليك الا أن تربتى عدة مرات فى اليوم بقطنة مغموسة فى محلول الخمان الدافئ . دلكيها بعد ذلك بقليل من مرهم الشمع

## حافظى على سلامة أسنانك

تتوقف حالة أسنانك على ما تأكلين . فان اردت حفظها من التسوس فعليك ان تكثرى من أكل الخبز والسمك واللحم والخضراوات الطازجة والفاكهة واللبن ومنتجاته . وهناك نوع من الطعام يؤذى مينا الأسنان كالسكر الذى يؤثر فى الأسنان خلال الربع ساعة الأولى من تناوله . وهناك اطعمة تترك بقايا تتعرض للتخمر كالذيق والعجين والخضراوات الجافة . وهناك أيضا الاطعمة التى تلتصق بالأسنان كالنشا والخبز الطرى والحبوب . فلا تجعلى نهاية طعامك واحدا من هذه الاطعمة ولا بحلوى مملوءة بالكريم . كلى بعدها تفاحة وامضفيها جيدا أو قطعة جزر طازجة أى غير مطبوخة فان لحم هذه الثمار الصلب يدلك اللثة وينظف الأسنان . وان كنت لا تستطيعين اختيار الاطعمة التى تنتهى بها غداك فاكثفى بغسل أسنانك بعد الأكل مباشرة

وان السوائل الحمضية كعصير الليمون والطماطم وتفرش الأسنان بفرش قاسية تعمل على تاكل مينا الأسنان . فيستحسن اذن ان اردت الاحتفاظ بسلامة أسنانك ان تشربى السوائل الحمضية بالقصبية المصاصة ليدخل السائل الى زورك رأسا . أو اغسلى فمك جيدا بالماء والبيكربونات أو ماء فيشى . ولا تستعملى فرشاة قاسية جدا .

## كيف تغسلى أسنانك ؟

يقول الذين يهتمون فى تفرش أسنانهم يوميا ان التسعوب البدائية والسود الذين يعيشون فى وسط افريقيا لهم أسنان بيضاء كاللؤلؤ على الرغم من أنهم يجهلون فرشاة الأسنان جهلا تاما . فى حين ان عددا كبيرا من المتمدنين يشكون من أسنانهم مع أنهم لم يتجاوزوا طور الشباب . ولاشك ان طعامنا هو المسئول عن ذلك . وعلى أى حال فان العناية التامة بالأسنان تعتبر عاملا هاما من عوامل المحافظة عليها صحيحة

فرشى أسنانك ثلاث مرات فى اليوم . وأهمهم تفرش هو الذى تقومين به فى المساء . ذلك ان الفم يشل متفلا طوال الليل فيصبح مستودعا لتسبب الجراثيم وتكاثرها خاصة ان كانت عالقة بالأسنان فضلات طعام المساء

اختارى فرشاة صغيرة بحيث تدخل فى جميع اركان الفم . فرشى من اعلى الى اسفل ، اشطفى فرشائك بالماء البارد ونشفيها بعد استعمالها للمحافظة عليها أطول مدة ممكنة .

أطلبى من طبيب أسنانك أن يكتب لك عن اسم معجون الأسنان الذى يناسبك . ومن المعروف ان المسجون الاحمر يناسب الأسنان واللثة . وقد يشجر عليك طبيبك بان تكملنى تنظيف أسنانك بخيط الأسنان وهو أكثر مفعولا من السواك أو الدبوس !





# استعملى أصواف P & B ليطمئن قلبك

بصوف بيهاف ، أو أى صوف آخر صنع  
P & B ، تضمنين حياة تريكو يحتفظ بقلبه  
ورونقه بعد الفسيل ويعيش طويلا .  
وتضمنين العثور على نفس اللون الذى  
تبحثين عنه . كما تضمنين  
صوفا لا يتغير نوعه .



الآن فى  
كوراريات  
لا تشاك  
فيها الخيوط

كل أصواف P & B تقريبا ، بما فيها  
بيهاف ، تباع الآن فى كوراريات لا تشاك أو  
تشاك فيها الخيوط أثناء الشغل

PATONS & BALDWIN'S LIMITED



أصواف أكبر مصانع أصواف التريكو فى العالم - دار ليجتور (انجلترا)  
EG 55/3



## لتبييض الاسنان

استعملى مساحيق من احسن الانواع كى لا تؤذى المينا . واضيفى  
مرتين فى الاسبوع الى الماء الذى تشطفين به فمك واسنانك : قطرة واحدة  
من الماركوروكروم أو نقطة من حامض الفنيك أو بضع نقط من لبن المانيزيا  
أو ملحقة صغيرة من ماء الاوكسيجينية فى كوب ماء مغلى ثم اتركه ليصبح  
دافئا

وان كنت تدخنين اعصرى على فرشاة اسنانك (مرتين أو ثلاث مرات  
فى الاسبوع) بضع نقط من عصير الليمون مضافا اليها قبضة من  
بيكربونات الصودا

وان اردت ازالة الصفار العالق فى اسنانك . ادعكى منابتها بقطعة  
قماش مبلولة بعد رشها بمسحوق الكبريت المفسول

## لنقوية اللثة

ادعكى اللثة بين حين واخر بالجلجرين اليودى أو صبي على  
فرشاة بضع نقط من سولسيون كلورور الزنك درجة العشر . ان لحم  
لثتك سيزداد قوة

اشطفى فمك ببضع نقط الارنيكا فى شئ من الماء . (ان هذا العلاج  
يمنع التسويس ايضا)

امضى ان سنحت لك الفرصة اللبان عندما تكونين بمفردك .  
ونوصيك على الخصوص ان تمضى طعامك جيدا

## ما يستطيعه طبيب الاسنان

يستطيع طبيب الاسنان ان يبرد السن التى تتقدم على اخواتها  
قليلا . ان هذه العملية سوف تضايقك ولكنها لن تؤلك .

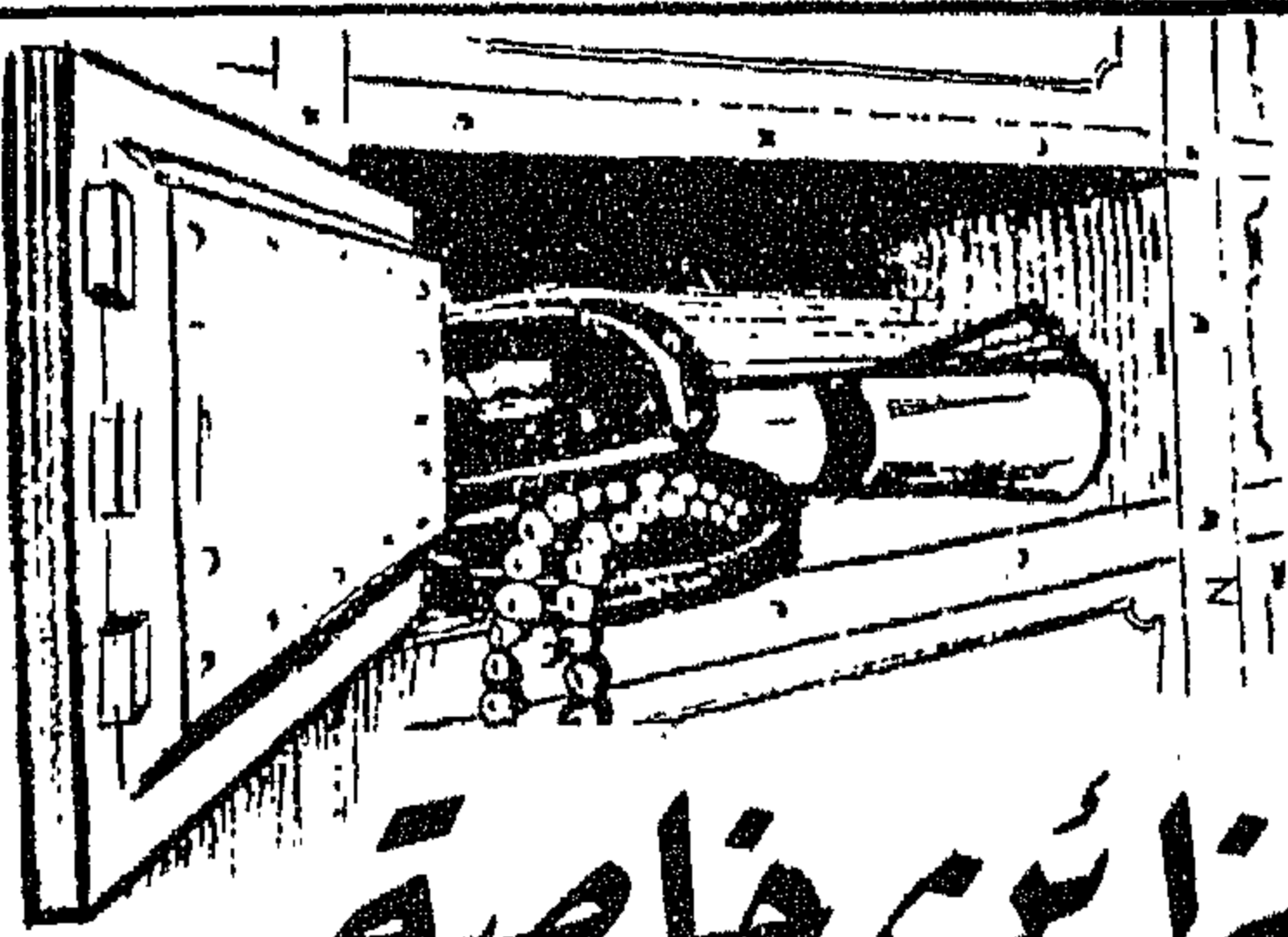
## رائحة الفم

ليس من السهل اكتشاف اسباب رائحة الفم . فقد يكون سببها  
الرثين أو اضطراب الكبد أو الشفراء . فيصبح طعم الفم معدنيا ويصاب  
الانسان بالامساك وعسر الهضم ويشعر بالحموضة فى المعدة . وقد يكون  
سببها ايضا الانف أو الحنجرة . وفى معظم الحالات يتبين ان سبب هذه  
الرائحة تسويس الاسنان التى لا تفكر فيها عادة ان لم يصاحبها ألم .

وحتى يكشف سبب أو اسباب رائحة الفم ففى استطاعتك منع  
هذه الرائحة بفسل فمك عدة مرات بمستحضرات خاصة بالاسنان  
ومصى باستيلية الكولورفيل

وفى استطاعتك ايضا ان تمضى نعناعا أو تصحنى قرنفلما يضاف  
على فمك عطر القرنفل

والان وبعد أن سرت على هذه النصائح جميعها يمكنك ان تبتسمى  
... ان تبتسمى للحياة .

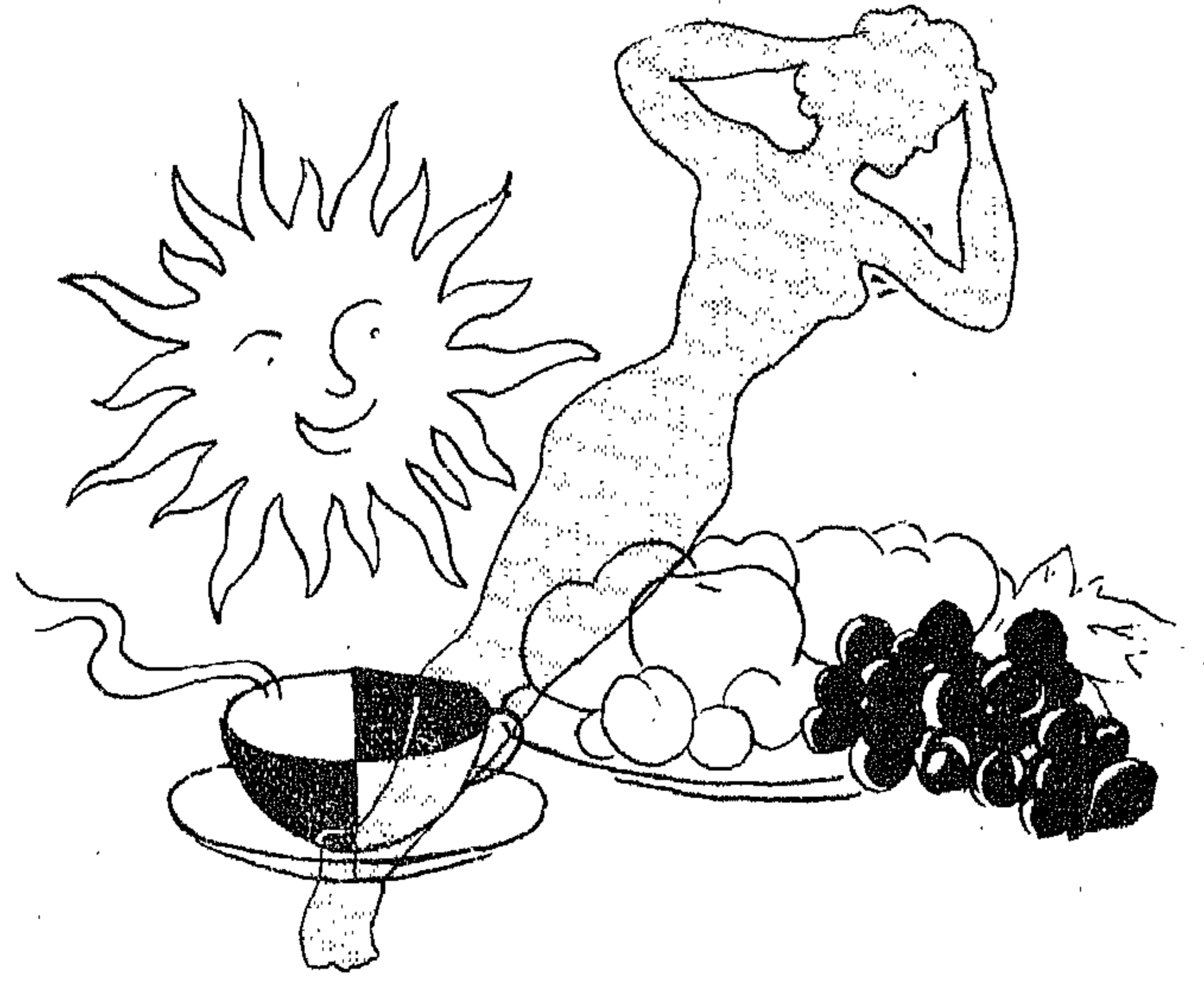


فرائن خاصة  
فى متناولكم الآن  
بفروعنا الجديدة  
ايونيون بنك ليمتد

القاهرة : ١٠٦ شارع محمد بك فريديت ٤٠٥٦٩ - ٤٦٥٦٣  
٤٧ ٣٠٨



# أريد أن أسمن قليلاً ..



كتبت لنا قارئة تقول :  
« انكم تعالجون في مجلتكم السمينة واسبابها ولكن لا تذكرن شيئاً عن النحافة وأسبابها وطرق علاجها . هل لا توجد نساء نحيفات في مصر والشرق العربى ؟ »

وسألت قارئة أخرى :  
« لماذا لا تتكلمون عن النظم الغذائية والعلاج الذى يساعد المرأة النحيفة على اكتساب بعض الكيلوات ؟ »  
وردى على هاتين القارئتين أننا عالجننا موضوع النحافة أكثر من مرة . فى باب التجميل . أما سبب اهتمامنا بالبدانة أننا لاحظنا من البريد الذى يرد إلينا ان معظم قارئتنا يسألننا عن طريقة التخلص بها من كتل الشحم واللحم المكسدة هنا وهناك فوق أجسامهن .

وعلى أى حال فإننا نفرّد هاتين الصفحتين للقارئة أو للقارئات اللواتى يشكون النحافة ويرغبن فى زيادة وزنهن بعض الشيء .

ان النحافة لا تشوه جمال الجسم فحسب بل انها قد تكون نتيجة لاضطرابات صحية من بينها التعب والاضطرابات التى تصيب الجهاز الهضمى .

## احذرى من التعب الانفعالى :

ان معظم النحيفات ينتمين الى النوع الطويل الضيق مع قلة العضلات وهبوط الاعضاء والمزاج اللماوى . وان هذا النوع من النحفاء يشكون التعب دائماً أو على الأقل هن اللواتى يشكونه فى الصباح ويكون فى الغالب ذوات أعصاب مرهقة ثائرة ، يستطعن أحياناً تحمل جهود جبارة فى حين أنهن لا يستطعن فى يوم آخر القيام بأى عمل مهما يكن مجهوده قليلاً .

والشئ الغريب أنه يكفيهن أحياناً أن يزدن بعض كيلوهات ليصبح مزاجهن العصبى خيراً مما كان عليه وليصبحن أكثر قابلية

واحتمالاً للجهود العقلية والجسمانية وعلى العكس ، فان هبوط الوزن مهما يكن ضئيلاً يصحبه عادة تعب خاص . وهذا التعب أو بالآخرى الميل الى التعب من كل مجهود ان هو الا نتيجة لدوبان العضلات - وهذا الدوبان قد يكون سريعاً جداً فى حالة النحافة - وزيادة مطاطية المفاصل وانخفاض الاعضاء مع الاضطرابات العصبية التى تكون من الأسباب الرئيسة للاضطرابات الهضمية التى تشكو منها النحيفة أو التى أصبحت نحيفة .

وأخيراً فان النحافة قد تسبب اضطرابات أخرى مثل الفتق والاضطرابات الكلوية : هبوط الكليتين واضطراب الدورة الدموية : نقص الضغط الدموى وبطء الدورة الدموية مع ظهور الفاريس أى الشعيرات الدموية الزرقاء والبنفسجية وانتفاخ أصابع اليدين والقدمين وبرودة الأطراف الخ . . . فضلاً عن ذلك فانه يغلب أن تسبب النحافة ، خاصة حينما تزيد عن حدها ، نقصاً فى مقاومة الجسم للعفونة الداخلية أو العامة كالأمراض المعدية والسل . وينجم أحياناً عن النحافة عدم القدرة الحيوية التى ليست وقفاً على البديئات فحسب كما كان المعتقد من قبل .

## النحافة منذ الولادة والنحافة المكتسبة :

بعض الأشخاص لم يكونوا نحفاء منذ مولدهم ، ذلك ان النحافة الحقيقية

نادرة . عند الاطفال الصغار فى السن ، فإنهم على الأقل قد صاروا نحفاء بعد الطور الاول من الطفولة . وعلى أى حال فان النحافة مثلها مثل البدانة ، غالباً ما تكون وراثية فى بعض الاسر حتى ان لم تظهر الا متأخرة بعض الشئ خلال حياة الانسان . وان هذه النحافة الوراثية لا يترتب عليها أية نتائج خطيرة . ولكن من الافضل دائماً التحقق من ذلك بفحص طبي كامل .

ويصبح هذا الفحص ضرورياً فى حالة فقدان الجسم لبعض الكيلوهات وخاصة ان كان هذا فقدان مستمراً . لذا وجب عليك أن تعتبرى أن كل فقدان فى الوزن يتطلب فحصاً طبياً كاملاً وشاملاً « الاشعة والتحليل المختلفة » وذلك لاستبعاد السمل الرئوى الذى يجوز أن يظهر على هيئة نحافة تصيب الجسم كذلك مرض السكر والدودة الوحيدة واصابة الغدة الدرقية التى تحدث عند المرأة غالباً فى مختلف مراحل حياتها مثل سن البلوغ والزواج وانقطاع الدور الشهرى .

ومن المتفق عليه أن تخفيض الوزن أسهل من زيادته . ومع ذلك فانه من الممكن تحسين الاضطراب الناتجة عن النحافة بفضل العلاج الخاص بالجهاز الهضمى والعصبى وتنظيم افراز الغدد

ويكفى أن يزيد وزن الانسان كيلوهين أو ثلاثة كيلوهات لكى تتحسن الحالة العامة . وهناك عدة علاجات



تسمح بالوصول الى هذه النتيجة مثل الانسولين والفيتامينات و خلاصة الغدد والفوسفور الخ . .

### علاج النحافة

يلعب النظام الغذائي دورا هاما وهناك بعض القواعد يجب المحافظة عليها . ولما كان الهضم في غالب الاحيان صعبا والاجهزة الهضمية

ضعيفة كان من الضروري اختيار الاكل بكل عناية مع عمل حساب الاستعداد الجسمي . وعلى العموم فانه من الواجب اختيار الاطعمة المغذية وسهلة الهضم ، مثل اللحم والزبد ، والفاكهة المسلوقة والعسل واللبن المركز . ومن الافضل تناول عدة وجبات على وجبة واحدة ثقيلة تتعب المعدة .

كذلك يجب استعمال الادوية التي تثير الشهية وتسهل عملية الهضم .

وأخيرا فانه من الضروري أحيانا السير على عدد من القواعد لاكتساب وزن طبيعي :

الغنى الارهاق الذي لا فائدة منه ، نامى أطول ما يمكن ، استريحى بعد الطعام واذهبي

الى حد اراحة جسمك والنوم طويلا كلما تمكنت من ذلك وتغيير الهواء مفيد جدا . فقد لوحظ على بعض الناس أن وزنهم يزيد ان انتقلوا من بلد الى آخر .

واعلمى أخيرا ان النحافة تفسد شكل الجسم مثلها في ذلك مثل البدانة فاعتنى بزيادة وزنك ان كنت نحيفة .

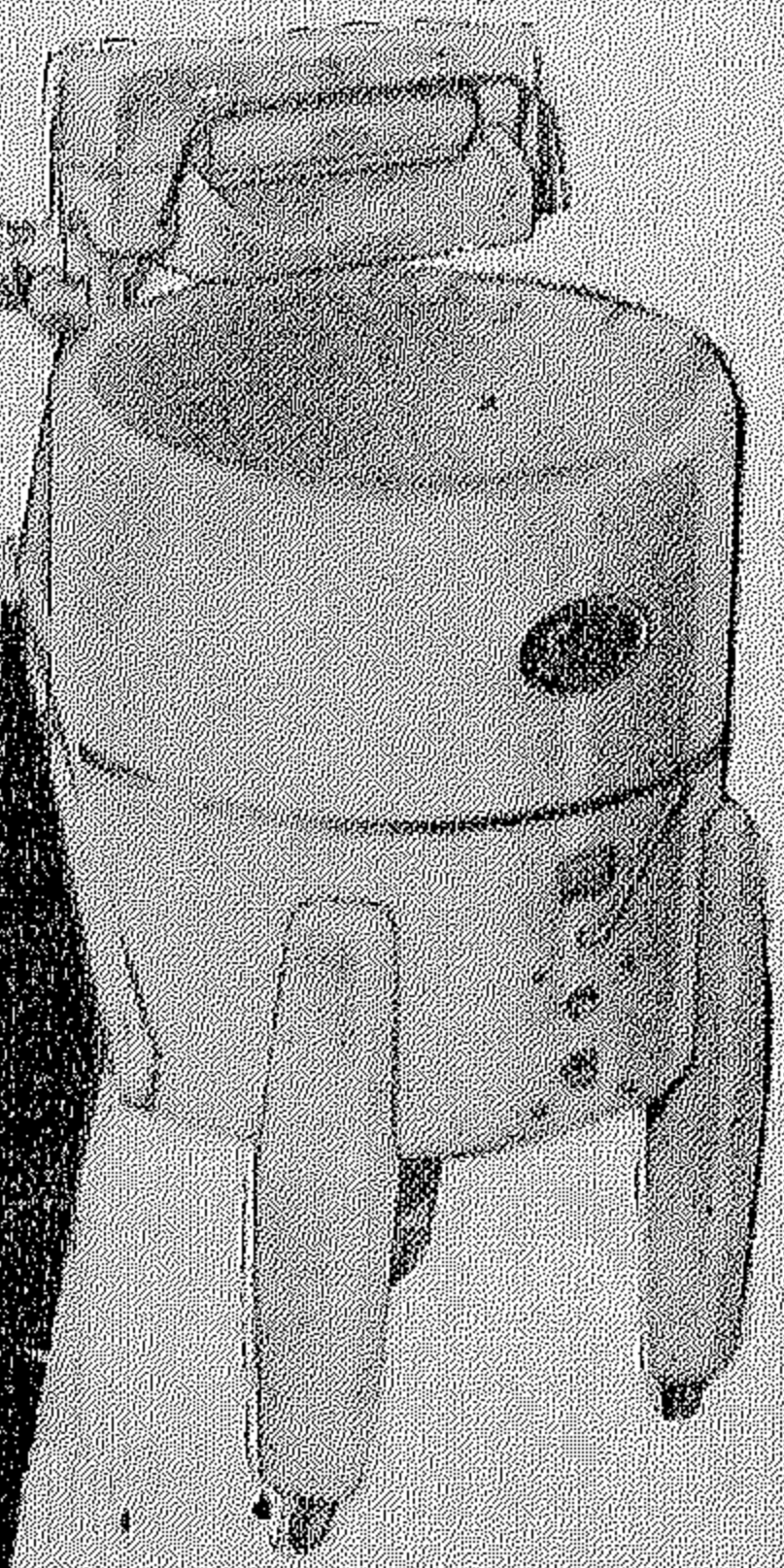
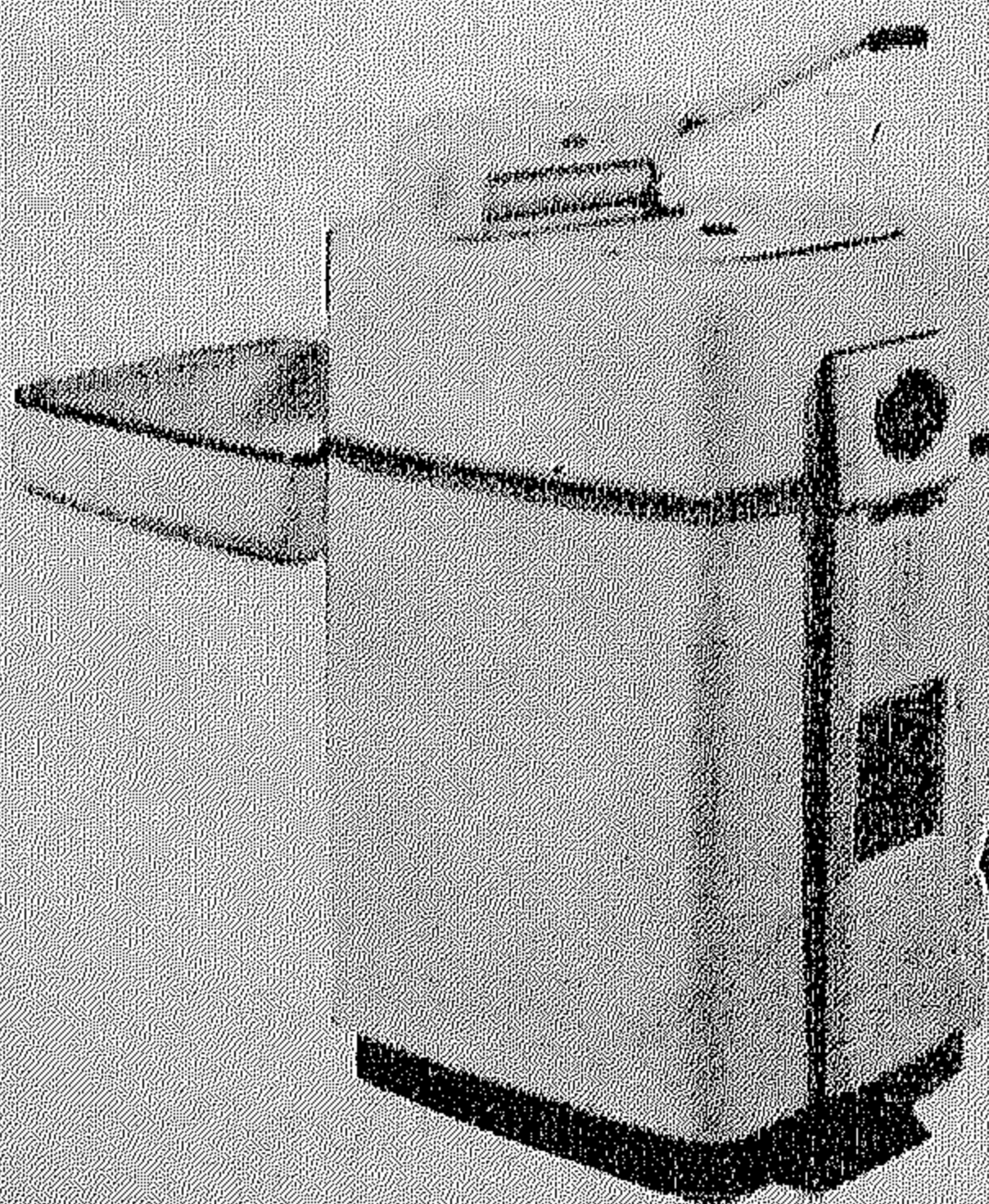
## الفسالة الانجليزية

# سرفيس



التي تؤدي خدمات كثيرة

تغسل  
وتغلى  
وتعصر



## موديلات متعددة

٢٦ شارع ٢٦ يوليو  
القاهرة

## الشركة المصرية السورية للتجارة

الوكلاء الرسميون :



# صحتك هي رأس مالك

هل تدري أنك رأس مالية .. وإن لديك رأس مال كبيرا يجب أن تحرص عليه حرصا شديدا ..

إن هذا الرأس مال هو صحتك .. صحتك التي يجب أن تحافظي عليها بحافظة تامة ، وأن تراعيها بكل كيانك لأنها في الواقع - دك من الماديات - هي كل ما تملكين حقيقة ..

## أولا - التنفس :

إن معظم الأشخاص المضطربين المنهوكي القوى لا يعرفون كيف يتنفسون . وعلى عكس ذلك فإن الشخص الهادئ يكون تنفسه طبيعيا منتظما ، فتقوى بنيته وصحته .

افتحي نافذتك عند استيقاظك من النوم مباشرة ، وقومي بعمل بعض تمارينات التنفس على أن تكون الحركة التي تؤديها بطيئة ومنتظمة ، ولسنا في حاجة إلى القول بأسيدتي أن تمرين التنفس هذا يفيد الصحة كل الفائدة فمارسيه يوميا إن أردت المحافظة على صحتك .

وإن كنت من اللواتي يؤديان عملا عقليا يجب أن تقضي يوميا ساعة أو ساعتين على الأقل في الهواء الطلق . اذهبي إلى عملك سيراً على الأقدام . ولا تعتبرى هذا الاجراء مضيعة للوقت - ليس هناك أفضل من المشي لراحة الذهن . إنك بلا شك ستصلين إلى مكتبك وقد بذلت مجهوداً أقل من الذي تبدلينه فيما لو ركبت الترام أو الأوتوبيس .

## النظام الغذائي :

لن نضع هنا نظاماً غذائياً خاصاً لحالة من الحالات المعينة كالبدانة أو الهزال ولكننا سنضع لك بعض القواعد العامة التي تفيد كل إنسان يبذل جهداً بدنياً وعقلياً ويكون في حاجة إلى تعويض هذا الجهد .

تناولي أكلاتك في ميعادها المحدد ، ولا تفكري في شيء أثناء تناولك الطعام ، وامضغي الطعام جيداً ، وإن كنت مستعجلة فالأفضل أن تأكلي قليلاً وتمضغي كثيراً على أن تأكلي كثيراً وتمضغي قليلاً ، ويجب عليك أن تعنى بأسنانك عناية خاصة و ...

ومهما كان نظامك الغذائي فيجب أن تدخل على طعامك مواد غذائية بالفيتامينات مثل اللبن والزبد والجزر والطماطم والخضروات الطازجة والبرتقال والليمون الحلو والتفاح والكمثرى ، وإن كانت الحيوية تنقصك أو إن كنت ضعيفة أو هزيلة أكثرى من تناول الأرز واللحم والخس والكرات والتين والبلج ، خذي من وقت وآخر قبل الإفطار صفراً بيضاً مضروباً بالسكر .

اتبعي مرة في الأسبوع هذا النظام الغذائي :

**أعمالك تحقق ...**  
آلة التركيب اليدوية الحديثة

**بوش**  
صنع في ألمانيا

تحتوي على ١٦١ ربة لفضل التركيب  
تعمل على أصنع نتيجة  
في عمل التركيب

٢٧  
وترشدك إلى طريق العمل بها  
في ك دروس تقدم لك  
بعد الشراء

المركز الوحيد  
و. شوت  
القاهرة ٢٣٠ طلع شريف باشا ٥٢ ٥٣٠  
المنيرة ، الكتلة ليكليات والفن ١٧ من فرنسا

**BUSCH**



Beurer



ضمان انتاج شركة بورا -  
اللازمة المجلة  
رأس القطر

المكواة  
اللاوماتيكية الحديثة

تكوين

صوت - نايلون

قطر - تيل

صوف - صبر صناعي

ذات شكل انسيابي جميل

• ضابط اتوماتيكي للحرارة واضع لسهولة ضبط الحرارة من بعد  
• لمبة لبيان وصول الحرارة للدرجة المطلوبة

الوكلاء الوحيدون لشركة الهند والصناعات

٤ شارع مظالم - عمارة النور - صمدية - تليفون ٢١٤٤

الاستراة السنوية لمجلة بنت النيل

١٠٠ في مصر والسودان

١٥٠ في البلاد العربية

٢٠٠ في الخارج او ما يعادلها

كتالوجات

الأزياء العالية لصيف ١٩٥٦

مكتبة احمد سعد

٤٩ شارع عبد القادر مروت - هاتف ٤٩٧٤٦

٢١٦٤

## طعام الافطار :

كوب ماء - برتقالتان - قطعتان من الخبز المحمص  
بالعسل والزبد ، فنجان قهوة .

## طعام الغداء :

زيتون ، لحم مشوية ، بطاطس مسلوقة بقشرتها ،  
سلطة خضروات طازجة ، فاكهة طازجة .

## الساعة الخامسة :

كوب من عصير الطماطم ، تينتان أو ثلاث تينات أو  
تفاحة .

## العشاء :

حساء باللحم ، أرز ، كوب لبن ، فاكهة .

ان هذا النظام الغذائي لن يزيد وزنك ، ولكنه سيكسبك  
نشاطا وحيوية .

واغتنمي فرصة العطلة الاسبوعية مرتين في الشهر  
لتقضيها في السرير ، خذي في مساء اليوم السابق مسهلا  
خفيفا ، تناولي في الصباح شيئا من الفاكهة وفنجانا من  
القهوة ، وفي الغداء تناولي بعض الخضروات الطازجة بعد  
تقطيعها ، واعصري شيئا من الليمون عليها . خذي بعد ذلك  
شرابا ساخنا ، وامكثي في السرير طوال بعد الظهر ، واقطعي  
الوقت في أشغال التريكو أو قراءة كتاب مسهل خفيف ، وفي  
المساء تناولي فاكهة أو شرابا ساخنا .

ان هذا اليوم الذي قضيته مرتاحة في منزلك سوف  
يعوض ما بذلته من مجهود عصبي مضم خلال الاسبوعين .

## ثالثا - النوم :

قد تقولين أن النعاس لا يأتيك بسرعة ، ولكنك لا  
تريدين أن تعترفي بأنك أنت سبب هذا كله ، ذلك أن النوم  
يمكن تنظيمه كأي عادة من العادات ، واليك بعض  
الارشادات التي لا بد معها أن اردت أن يكون لك ساعة  
معينة للنوم ، لا تقرئي لتنامي فان هذه العادة لن تلبث أن  
تجعلك عبدة للقراءة .

حاولي أن تطردى الافكار المزعجة قبل النوم ليكن نومك  
هائلا . . . واشربي قبل أن تنامي كوبا من عصير الجريب  
فروت فانه مهدي للاعصاب . . .

## رابعا - الألعاب الرياضية :

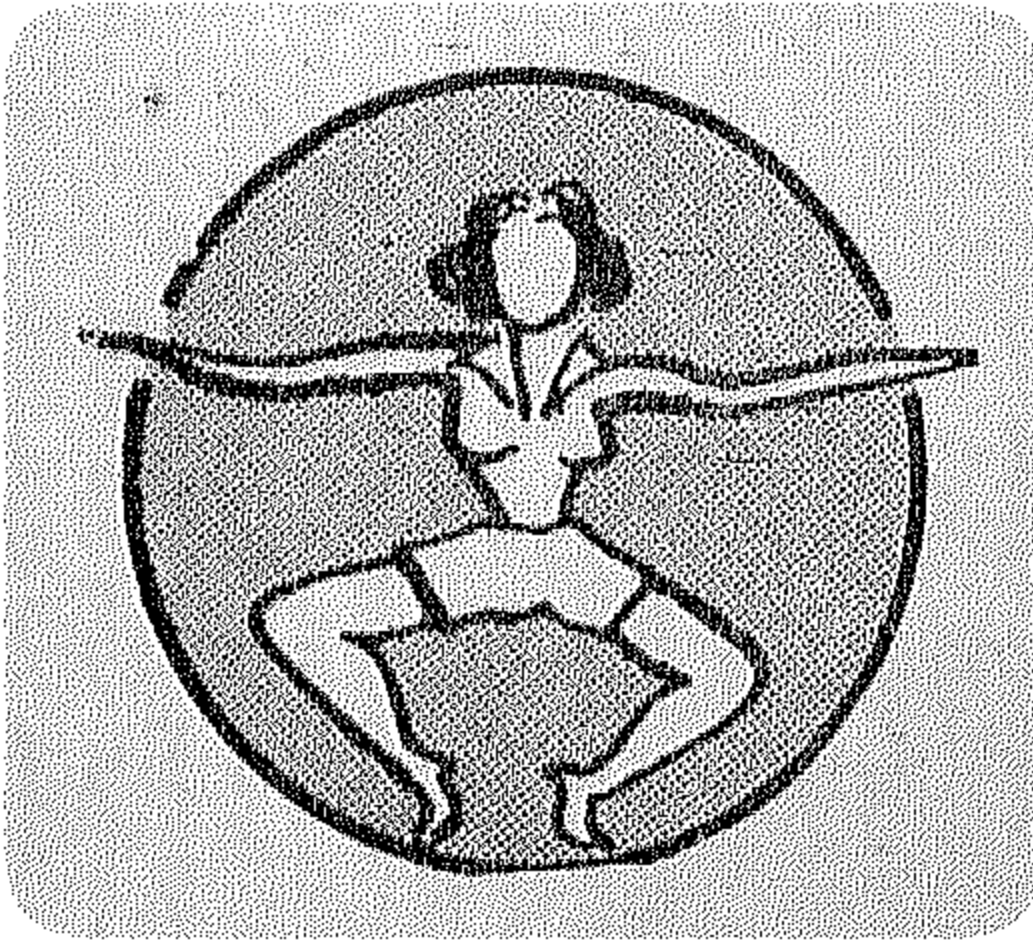
اننا لا نريد هنا أن ندلك على ألوان جديدة من التمرينات  
الرياضية . . . لكننا سنزودك ببعض النصائح :

من الأفضل لك أن تمارسي التمرينات الرياضية صباحا  
بعد نهوضك من النوم مباشرة وقبل عمل التواليت وتناول  
الافطار ، ويجب أن تكون تأدية الحركات ببطء وبملابس  
بسيطة خفيفة بقدر الامكان ، وبعد كل هذا عليك بأخذ  
دوش ماء فاتر . . . لا داعي للماء البارد لأن الجو شتاء ،  
كما أنه لا داعي للماء الساخن . . .



# فتيات مصر رياضيات من الطراز الاول..

المراقبة العامة للتربية الرياضية للبنات عن العام الدراسي ١٩٥٤ - ١٩٥٥ . من أن التدريب العسكري والرمية لقيتا اقبالا شديدا في مدارس البنات مما دعا المسؤولين



الى أن يقرروا انشاء اندية نسوية للرمية، كما لوحظ اقبال الطالبات على السباحة وغيرها من أوجه النشاط الرياضي .

ولكن مما يدعو الى الاسف ما تضمنه التقرير من شكوى ونداء الى ازالة أسبابها فقد جاء فيه ان الحاجة ماسة ، أمام هذا الاقبال الشديد من جانب الفتيات على الرياضة ، الى نواد رياضية للطالبات ، ولكن كيف ؟ وأغلال التقاليد ما زالت تمنع الفتيات من الاشتراك في النوادي الرياضية فضلا عن حرمان الامهات من الالتحاق بها ؟

لكي تفزو الفتاة المبدية الرياضية لتتبعوا المكانة التي تصبو ونصبو اليها جميعا ، لا في مصر وحدها بل في المجال الدولي . ولا سيما بعد أن رأيناها تقفز قفزات واسعة في الطريق الى البطولات المرموقة .

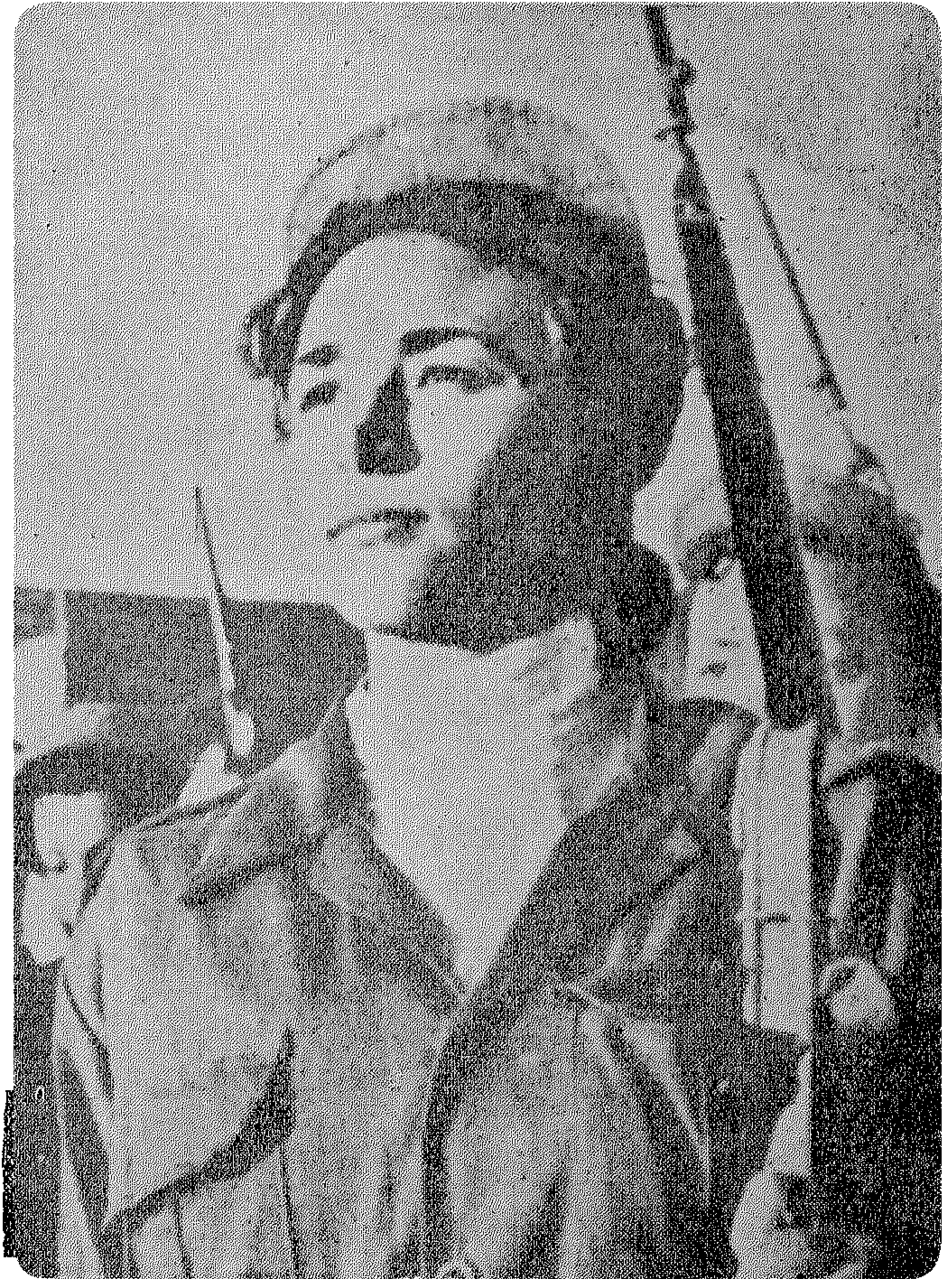
واذا نحن تناولنا نشاط الفتاة المصرية في ميادين الرياضة وجدناها تشترك الآن في المباريات التي تقام لبطولة مصر العامة للانسات في الجمناز وكرة السلة وهى وان لم تكن قد اشتركت بعد في المباريات الدولية أو العالمية لهذا اللون من

أثبتت فتاتنا المصرية أنها رياضية بطبيعتها ، فى تكوينها الجسماني وروحها العالية . . وطموحها الوثاب ، بل انها تملك جميع المقومات التى تجعل منها رياضية من الطراز الاول منذ قديم الازل ، فقد ثبت من النقوش الفرعونية أنها زاملت الرجل زمالة الند للند فى جميع أوجه النشاط الرياضى وبرزت فى جميع المسابقات الرياضية التى كانت تقام فى عهد الفراعنة .

ان الفتاة المصرية تسير اليوم على الدرب الذى يوصلها الى المساواة بالرجل ، ان لم تكن فى طريقها الى التفوق عليه ، فى الميادين الرياضية بعد أن تفوقت عليه فى التعليم طبقا لنتائج وزارة التربية والتعليم

ودليلنا على أنها تسير بخطى حثيثة فى طريقها الى التفوق الرياضى واقبالها على الرياضة بجميع ألوانها ما ورد فى تقرير

الفدائية الاولى محمد  
البندقيّة

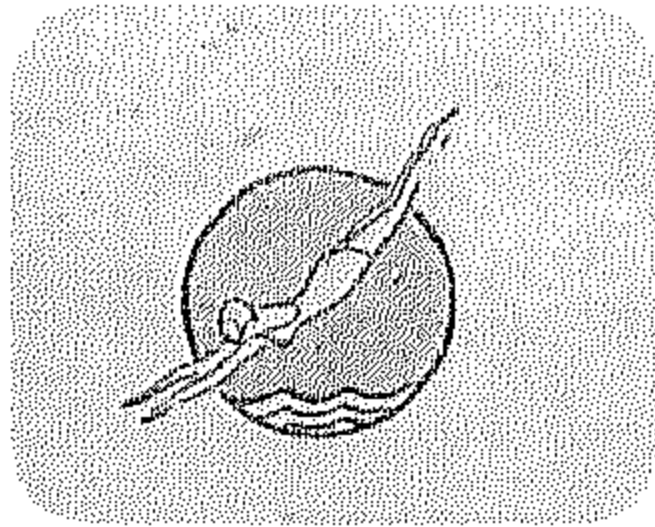


بنات النيل . . يحملن  
الجسر الى شاطئ  
النيل





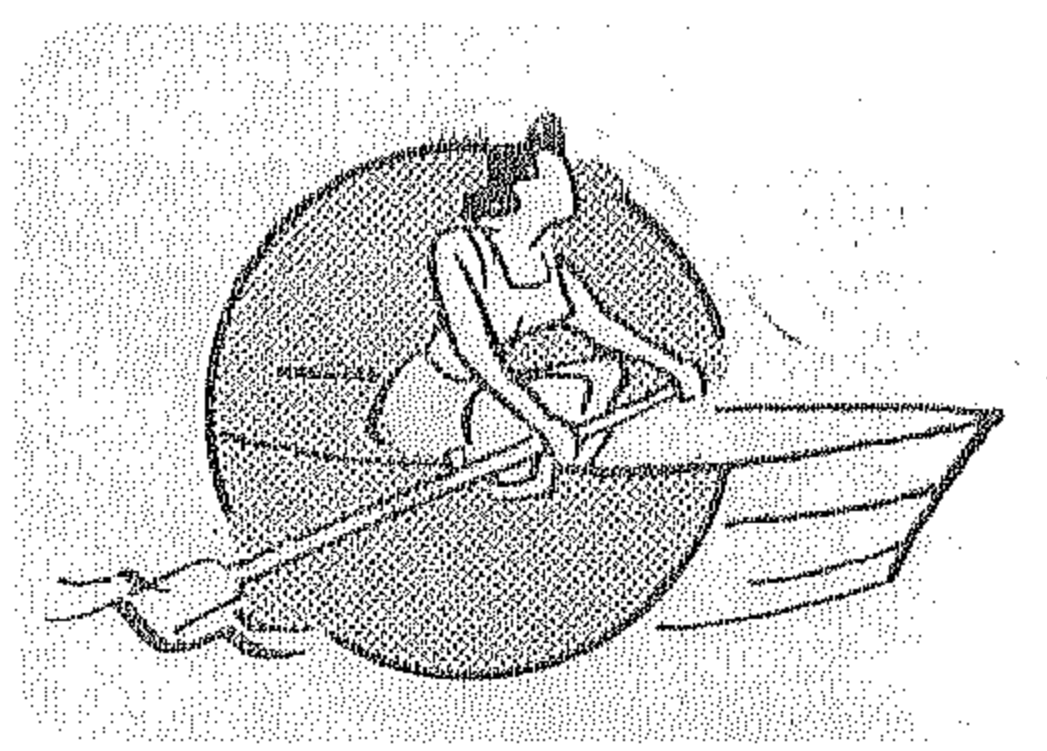
قفزة رائعة تؤديها إحدى فتيات مصر



وأذا نحن انتقلنا الى السباحة  
وجدنا أن فئاتنا المصرية بدأت  
تشارك حتى الآن في كل نشاط  
دولي أو عالمي .

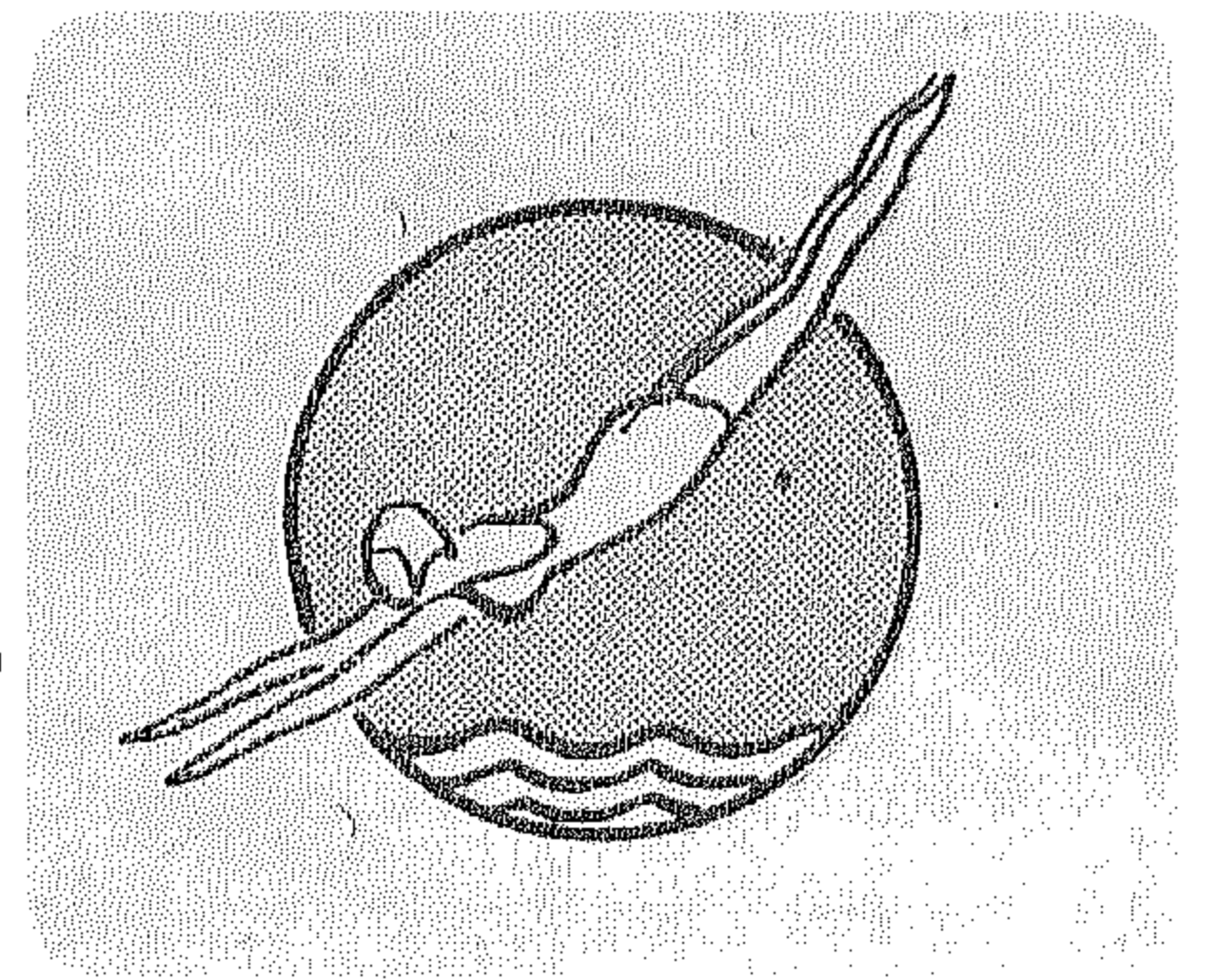
أما المباريات الدولية التي غزينا  
فئاتنا المصرية أو تستعد لغزوها  
فقد اقتصرت على سباحة المسافات  
الطويلة والرماية . فقد اشتركت  
في سباق النيل الدولي . وسباق  
كابري نابولي . وسباق المحيط  
الاطلنطي . وسباق المانش فأثبتت  
جدارتها وتفوقها . وفي الرماية  
تجربى الآن تصفية الفائزات فيها  
لاختيار فريق مصر الأعلى الذي  
سيشارك مع فريق سيدات  
يوغوسلافيا في المباراة الدولية  
بالقاهرة في يناير المقبل .

ومما يثلج صدورنا كمصريين  
وملا نفوسنا فخرًا وأملًا في  
المستقبل أن معهد التربية العالي  
للبنات بدأ يشارك في البطولات  
المحلية ومسابقات ألعاب القوى .  
وقد مثلت فتيات المعهد في مؤتمر  
التربية البدنية في اسطنبول عام  
١٩٥٢ ومؤتمر روتردام عام ١٩٥٥  
فضلا عن مهرجانات أعياد الشباب  
في وارسو حيث قمن باستعراضات  
في التمرينات البدنية الحديثة  
والرقص الأيقاعي الفرعوني والريفى  
نالت نجاحا باهرا . .



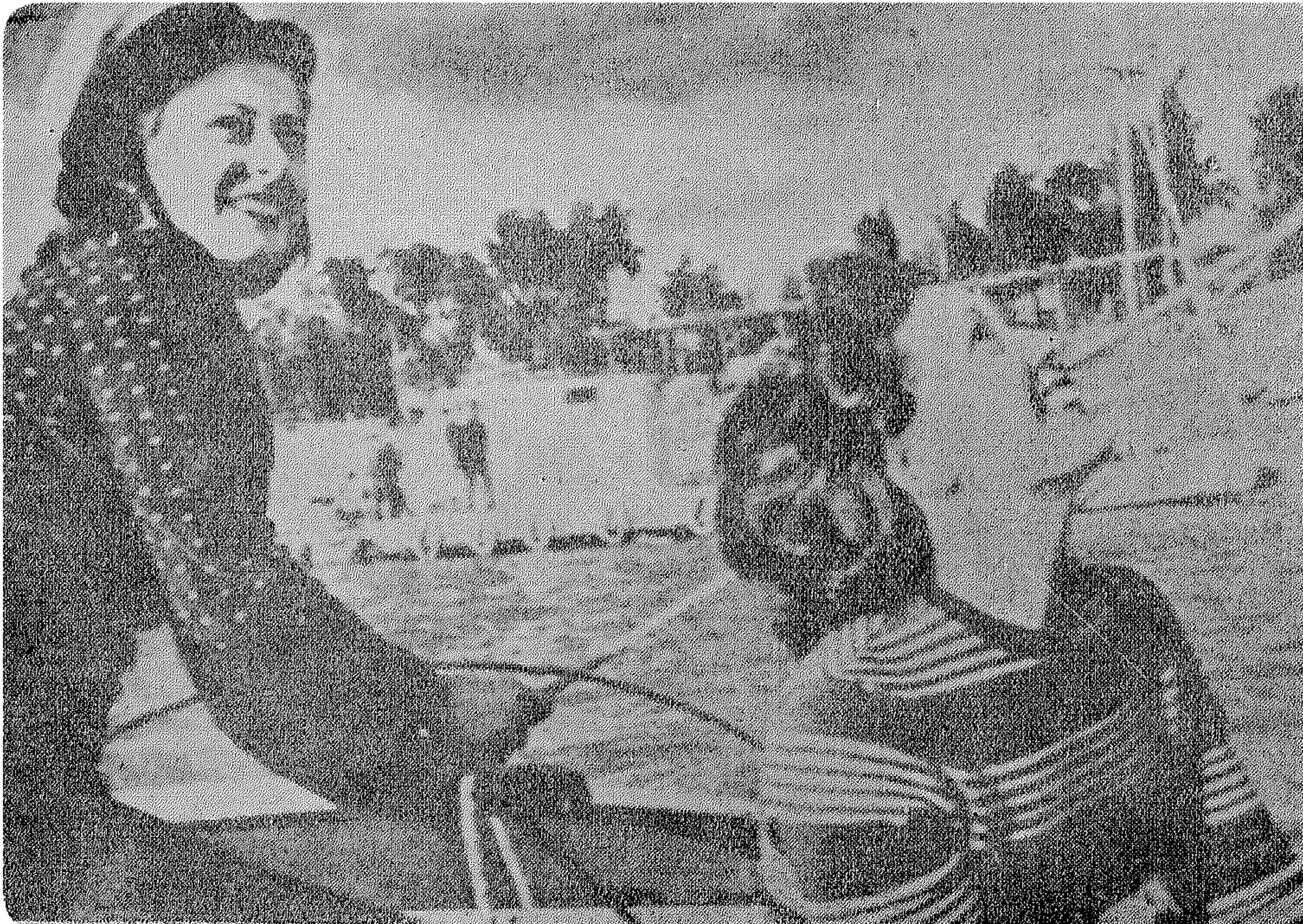
النشاط الرياضى فانها لا شك  
قد قطعت شوطا بعيدا في هذا  
المضمار .

أما في ألعاب القوى فقد رأينا  
الفتاة الجامعية ، ولو أنها في بداية  
الطريق ، تحطم الأرقام القياسية  
عندما اشتركت في المباريات التي  
أقيمت في العام الماضي ببطولة

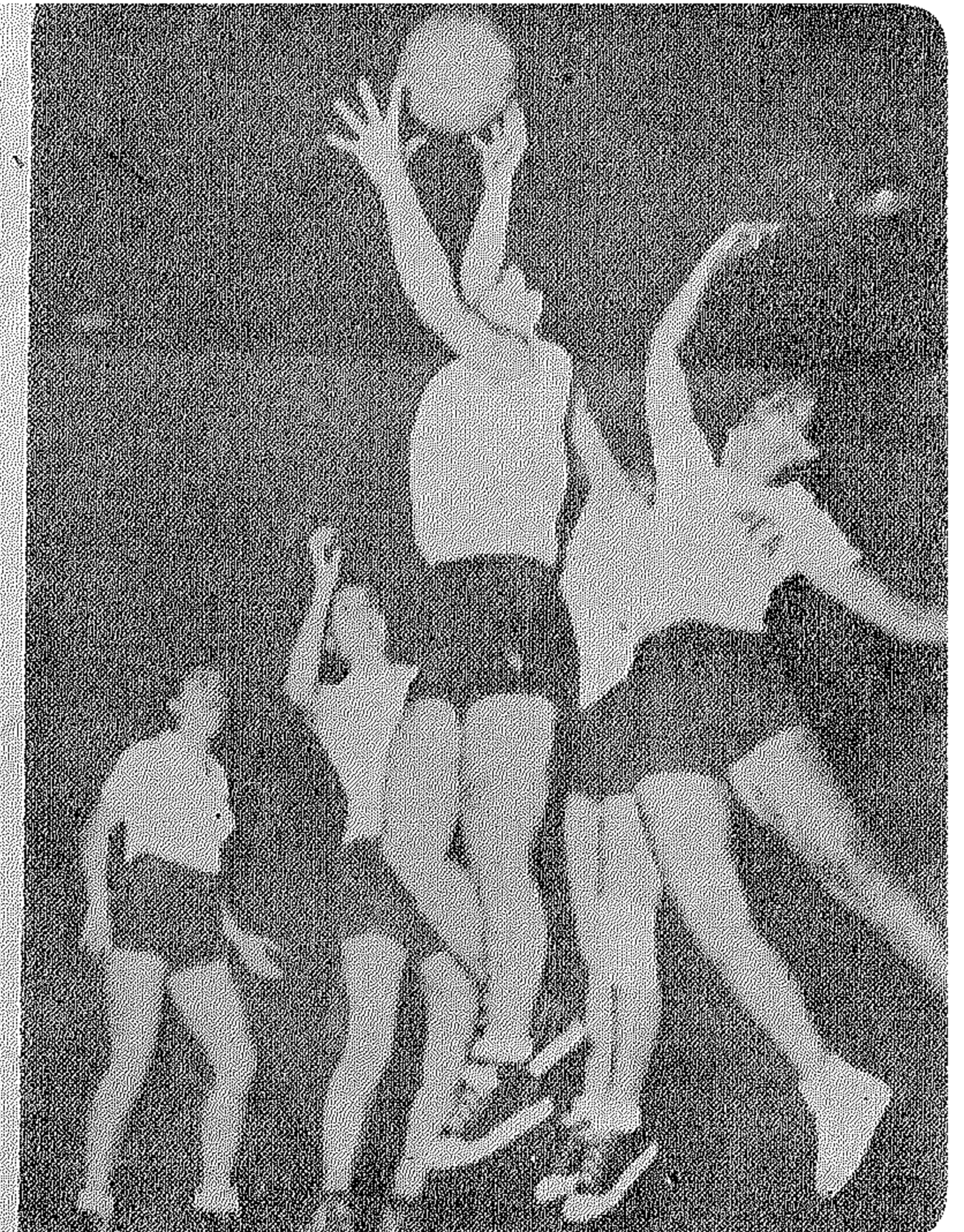


الجامعة والمعاهد العليا للنساء ،  
فضلا عن ظهور بعض اللاعبات في  
مستوى طيب في بطولة مصر  
العامة .

فتاتان في مسابقات اليخوت في النيل



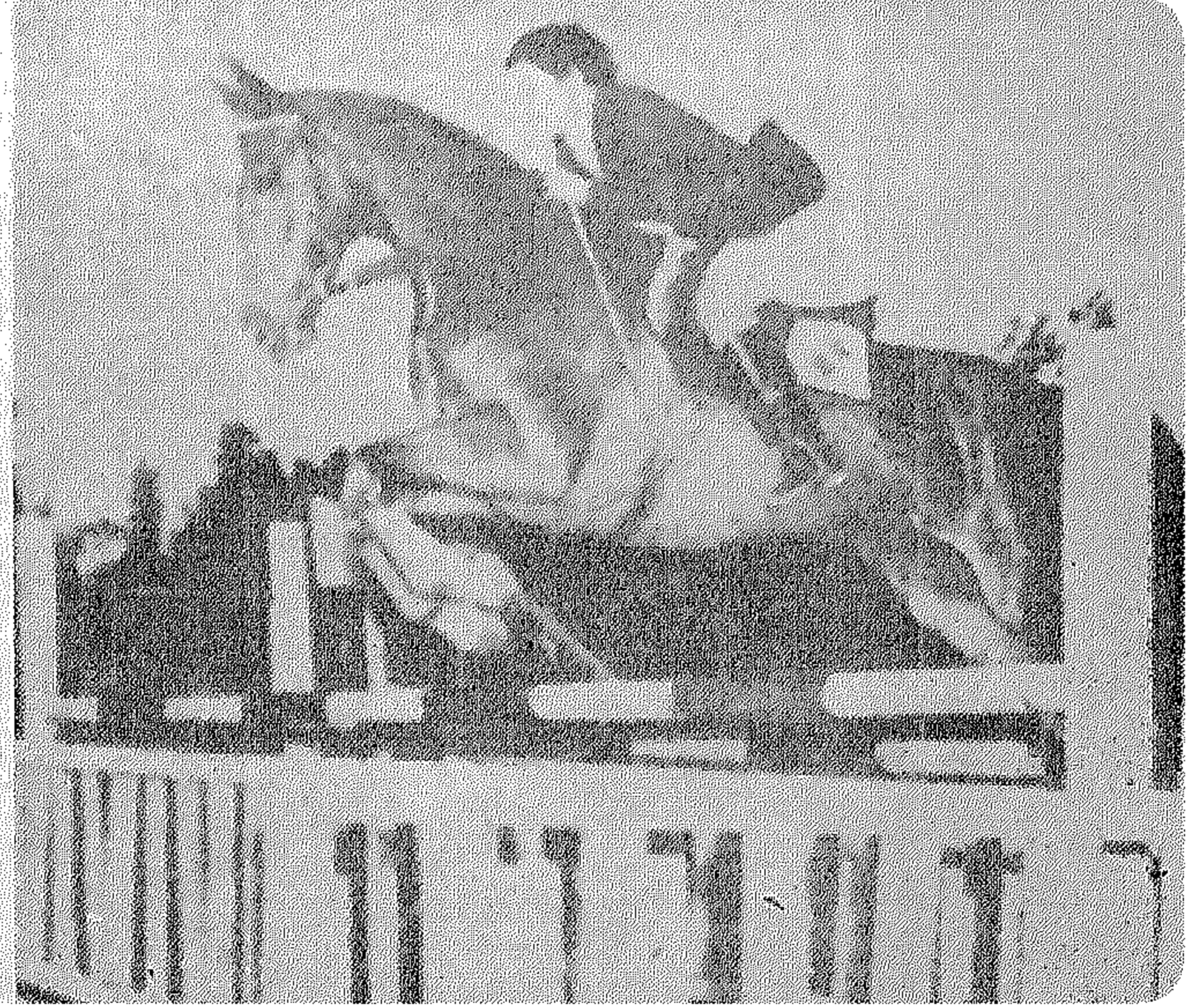
فتيات مصر يمارسن كرة السلة







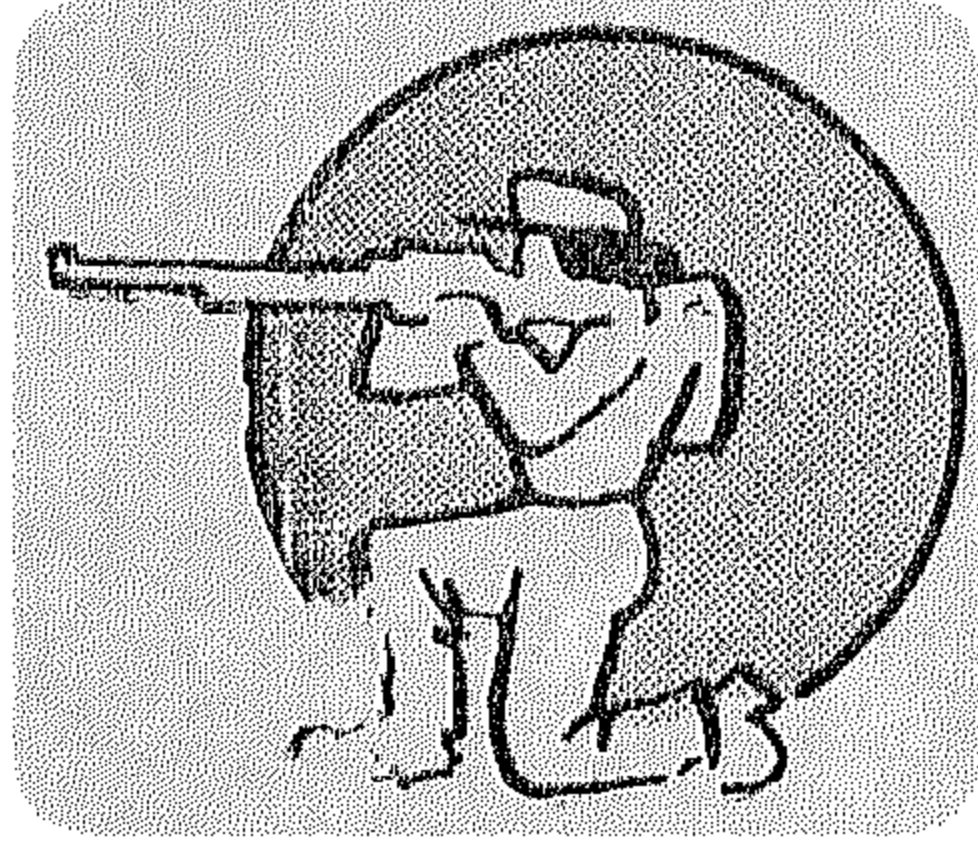
وفى مصر راميات ٠٠ بعضهم استاذات فى ضرب النار



فارسة مصرية تقفز فوق السدود كالرجال

جسم المرأة وتملاء صحة وفسوة  
وتسمو بعقلها وتقوم أخلاقها  
وتهدبها مما يعينها على السير فى  
خضم الحياة ، ويعدها لتكون أما  
فاضلة ، وربة أسرة كاملة تسميم  
فى بناء مجد الوطن وعزته .

سونيا الحامول



فى جميع أوجه النشاط الرياضى  
وتلتحق بالاندية الرياضية مثلهدون  
قيود أو شروط ٠٠

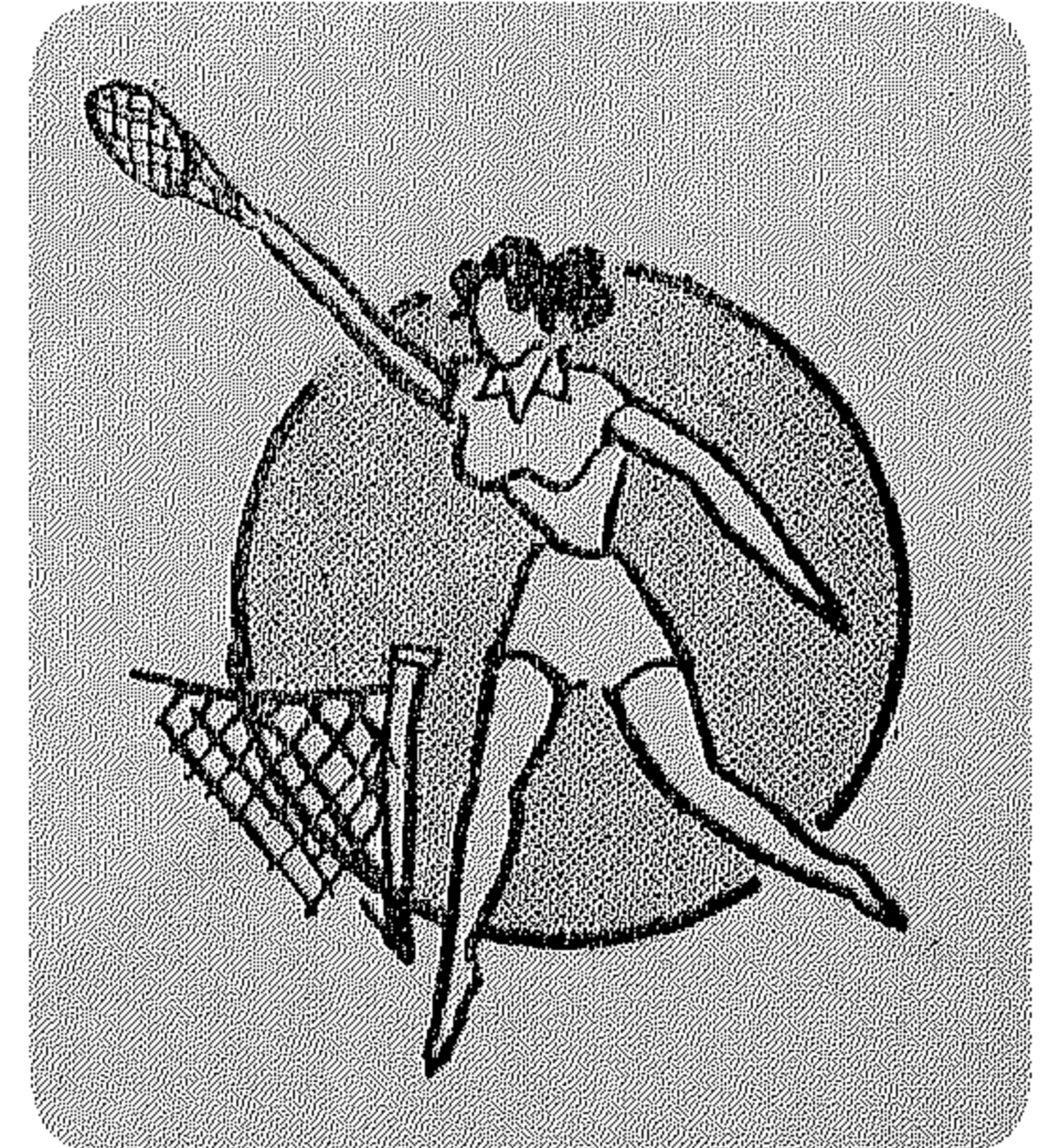
واننا ندعو الى فتح آفاق الرياضة  
أمام الفتاة فى عصر شاركت فيه  
المرأة الرجل العمل والكفاح من  
أجل حياة أفضل ، فالرياضة تبنى

وبهذه المناسبة نرجو مخلصين  
أن يعنى المسئولون عناية كبيرة  
بهذا المعهد الذى ترأسه السيدة  
نفيسة الغمراوى وهو العباد الذى  
ترتكز عليه النهضة الرياضية للمرأة  
فى مصر فييسروا له جميع الامكانيات  
التي تمكنه من أداء رسالته كاملة .

إن التقاليد الرجعية ما زالت  
معمد دورا كبيرا فى حجب  
انتشاط الرياضى للفتاة المصرية فى  
هذا المعهد الذى رأينا فيه الفتاة  
فدائية تحمل السلاح جنبا الى جنب  
مع الرجل فى عزم وقوة وإيمان .

اننا نشاهد المسئولين أن  
يقوضوا صروح الرجعية العمياء  
ويفتحوا الابواب أمام الفتاة المصرية  
كى تشارك الفتى ، على قدم المساواة

أنغام عذبة ٠٠ فرقة موسيقية من الطالبات





لشريف شقيق

المجلة  
المصرية

في كتابها الجديد

• قصّة المرأة المصرية  
من عهد الفراعنة إلى اليوم

• مفاهيم الاسلام في دعوة السمحاء  
ورسالته الخاصة بالمرأة وحقوقها

• قصّة الرجال الأفاضل في سيرة  
النهضة النسائية المعاصرة

المرحلات الفنية والفكرية  
بريشة الفنان  
عبد السلام الشريفي

ذبة عالية ترضى بالكتاب العزيز في فن الطباعة والأخراج

٣٠٠ صفحة من الورق المصقول في الحجم الكبير ..

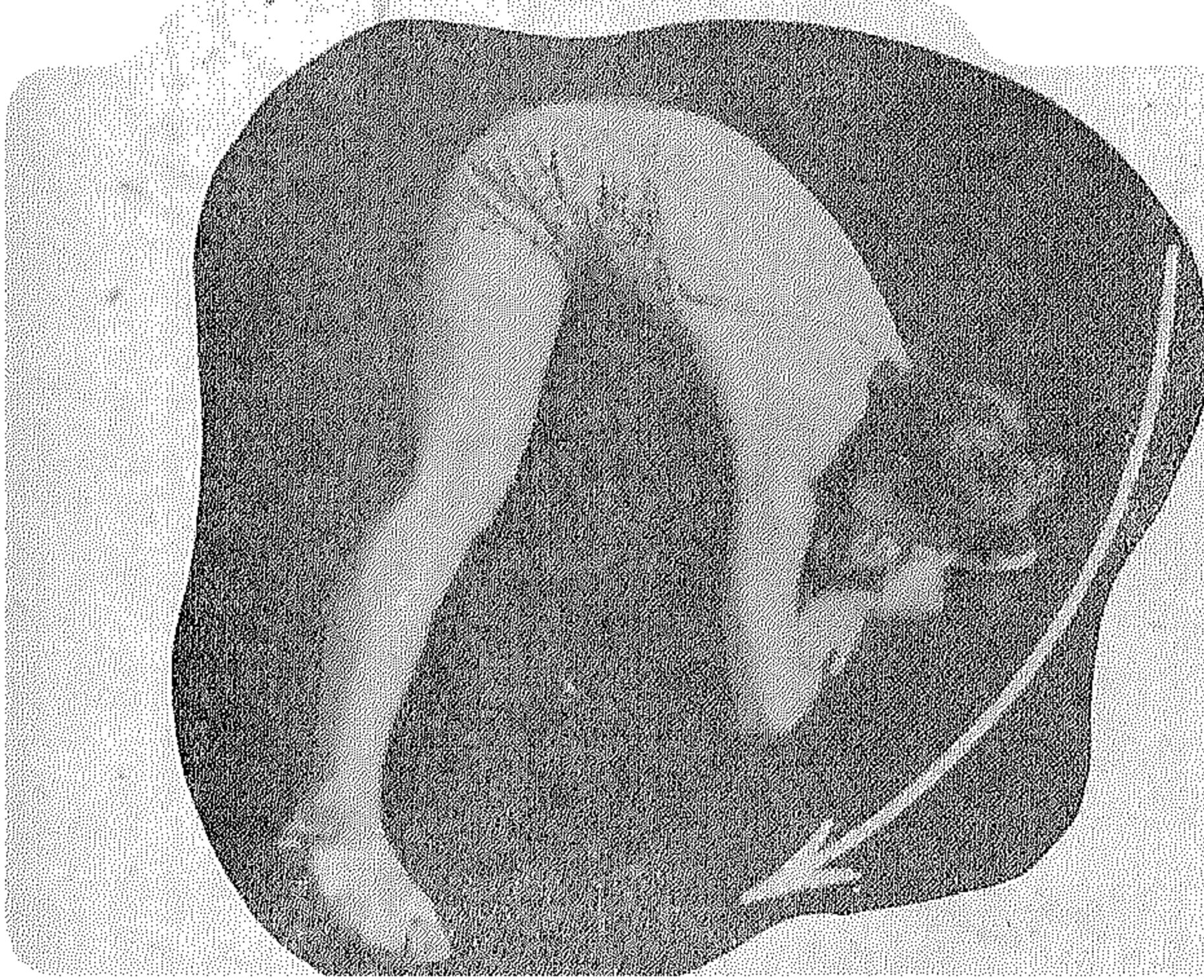
في كل مكان  
في مصر والعالم العربي

الناشر : مطبعة مصر - احدى مؤسسات بنك مصر



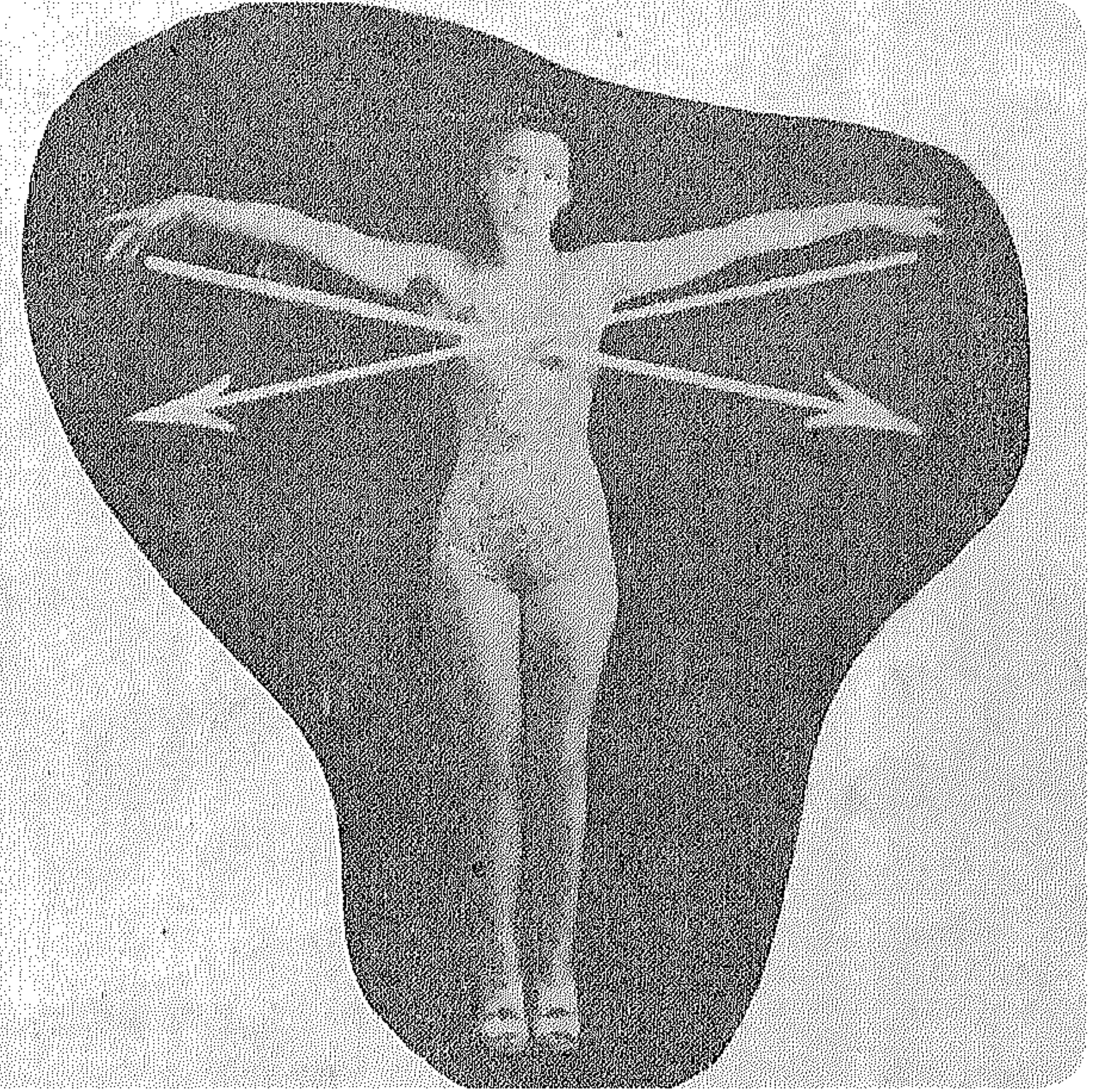
# تماريننا لك

في عدد يناير الماضي نشرنا في هذا الباب ستة تمارين رياضية تؤدي في الفراش • وبنيت النـيـلـ تـرجـو أن تكوني قد استفدت منها وأديتها على الوجه الصحيح • وهي تقدم لك على هاتين الصفحتين سلسلة جديدة من التمارين الغرض منها تليين عضلاتك وأكسابك النشاط •



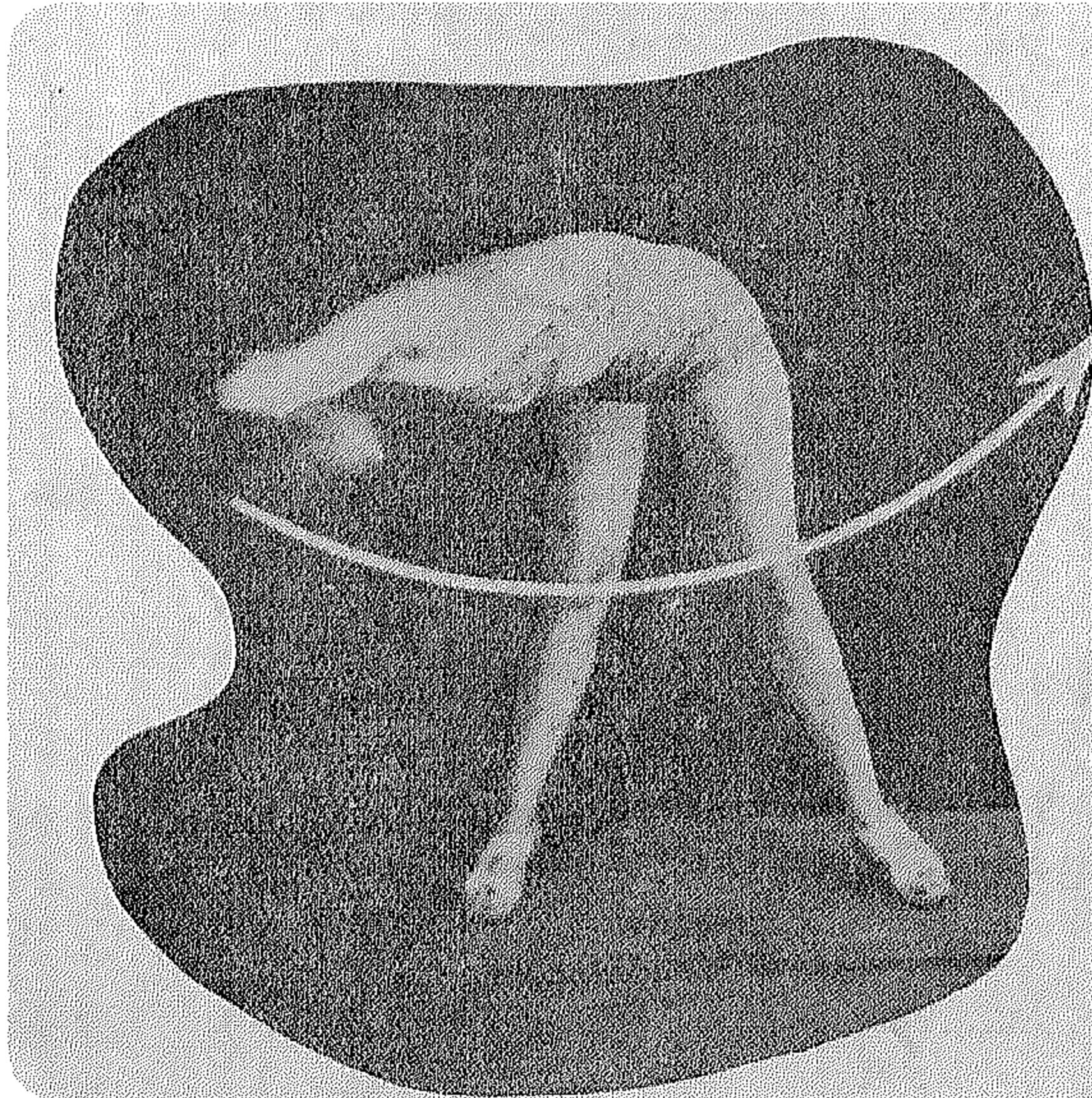
## التمرين الثاني :

ربعي ذراعيك على صدرك • اثني جسمك بسرعة محاولة أن تلمسي الأرض بمرفقيك • لا تنسي أن تفتحى ساقيك جيدا •



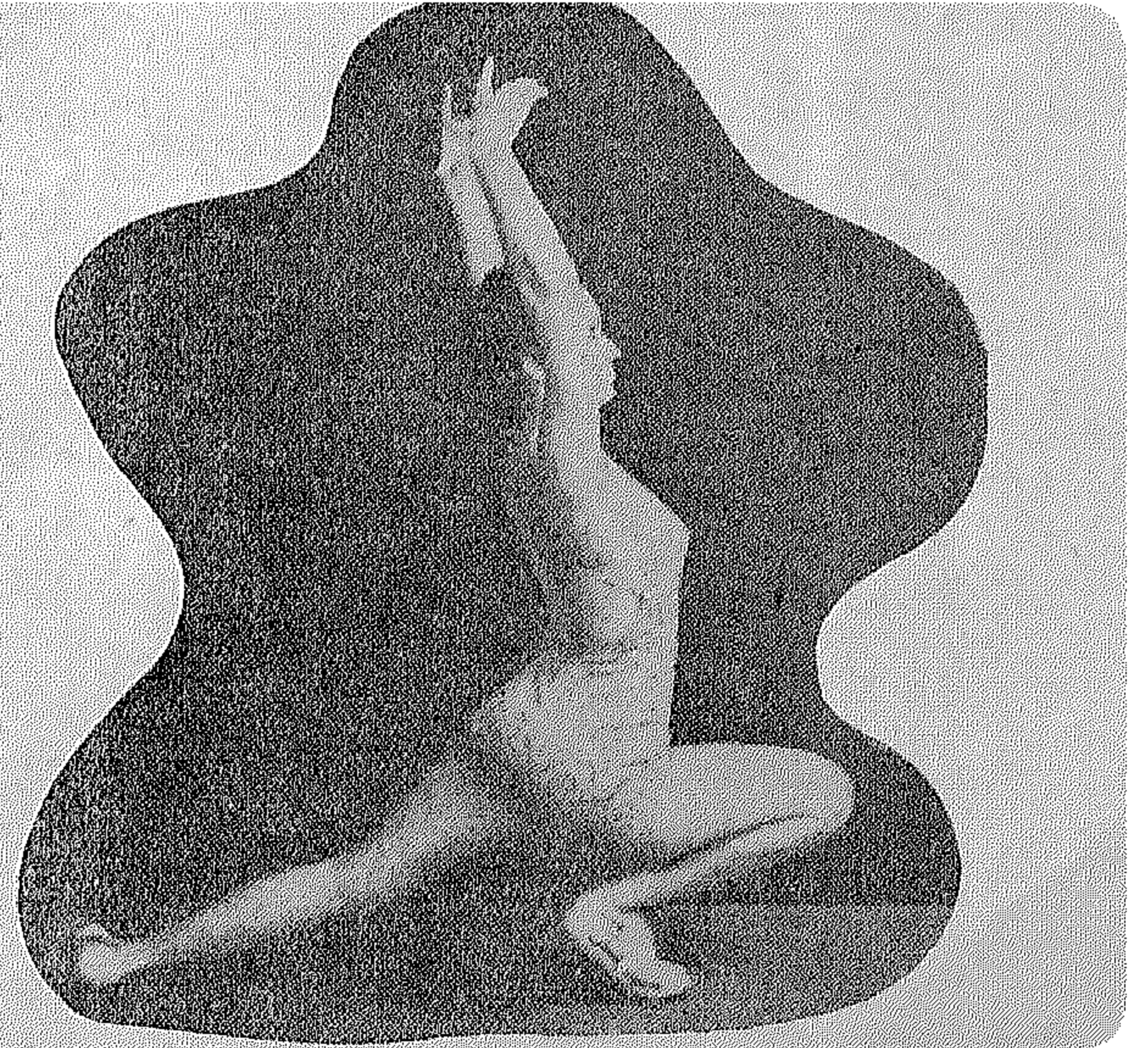
## التمرين الاول :

قفى على طرفى قدميك واشددي ذراعيك الى الجانبين كما في الصورة • ربعي ذراعيك أمام جسمك مرة الى أعلا ومرة الى أسفل •



## التمرين الرابع :

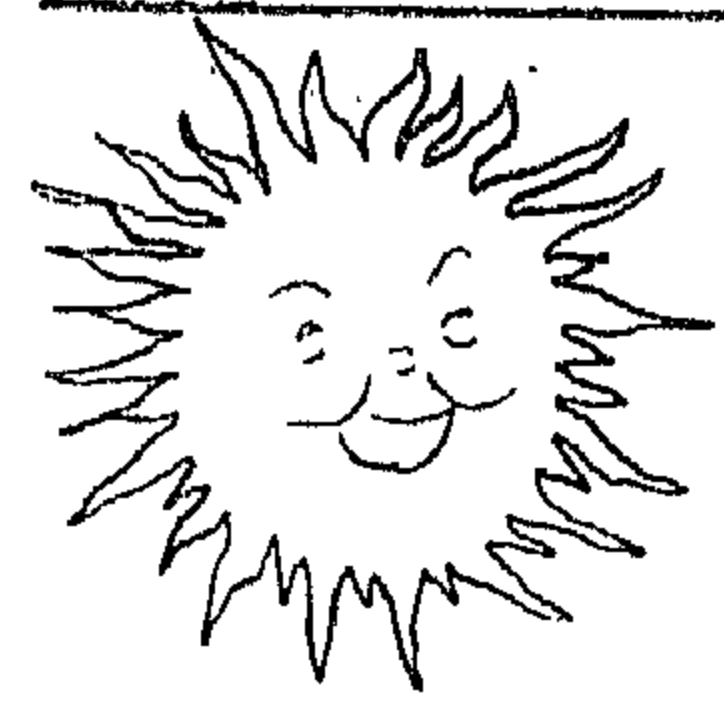
ليكن جذعك أفقيا بحيث يرسم مع ساقيك زاوية قائمة • انقلي جذعك الى اليمين والى اليسار مع تركه موازيا للأرض • كررى هذا التمرين عدة مرات •



## التمرين الثالث :

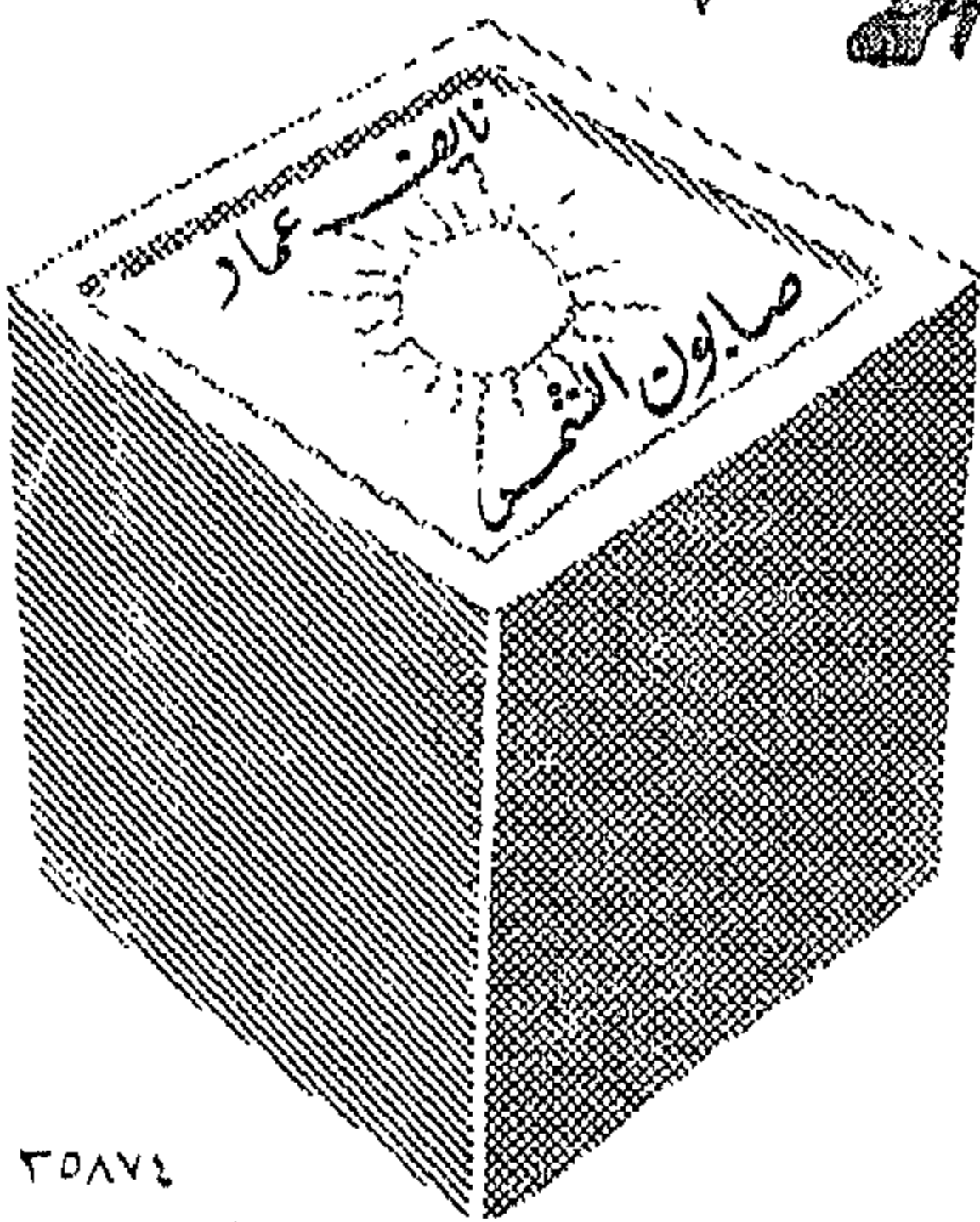
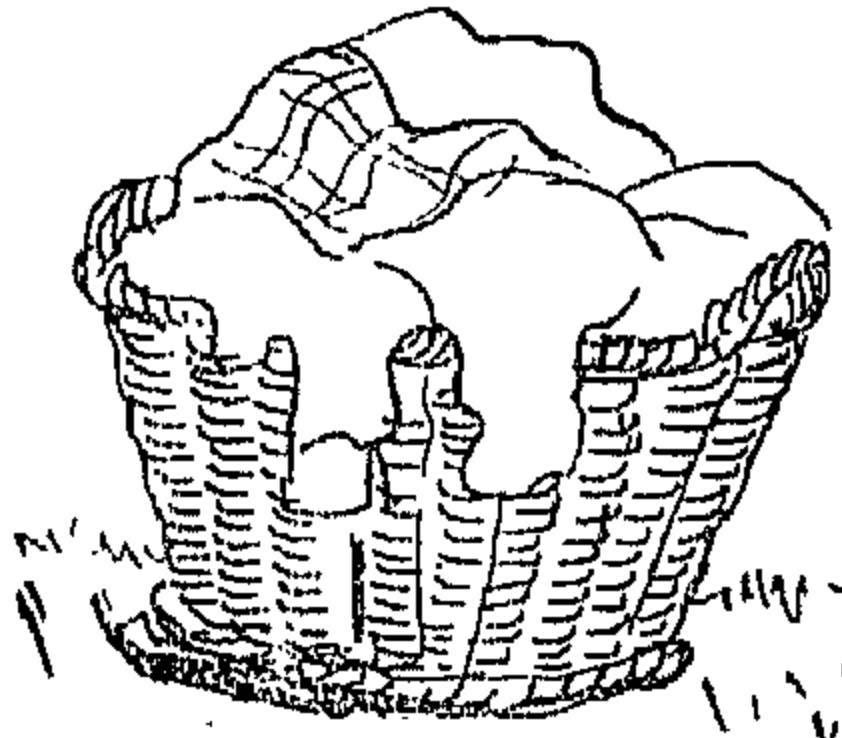
ضعى ساقا الى الامام وذراعيك في اتجاه الجسم • اثني الساق الامامية مع رفع الذراعين الى أعلا ومدتهما جيدا • عودى الى وضعك الاول •





# صابون الشمس

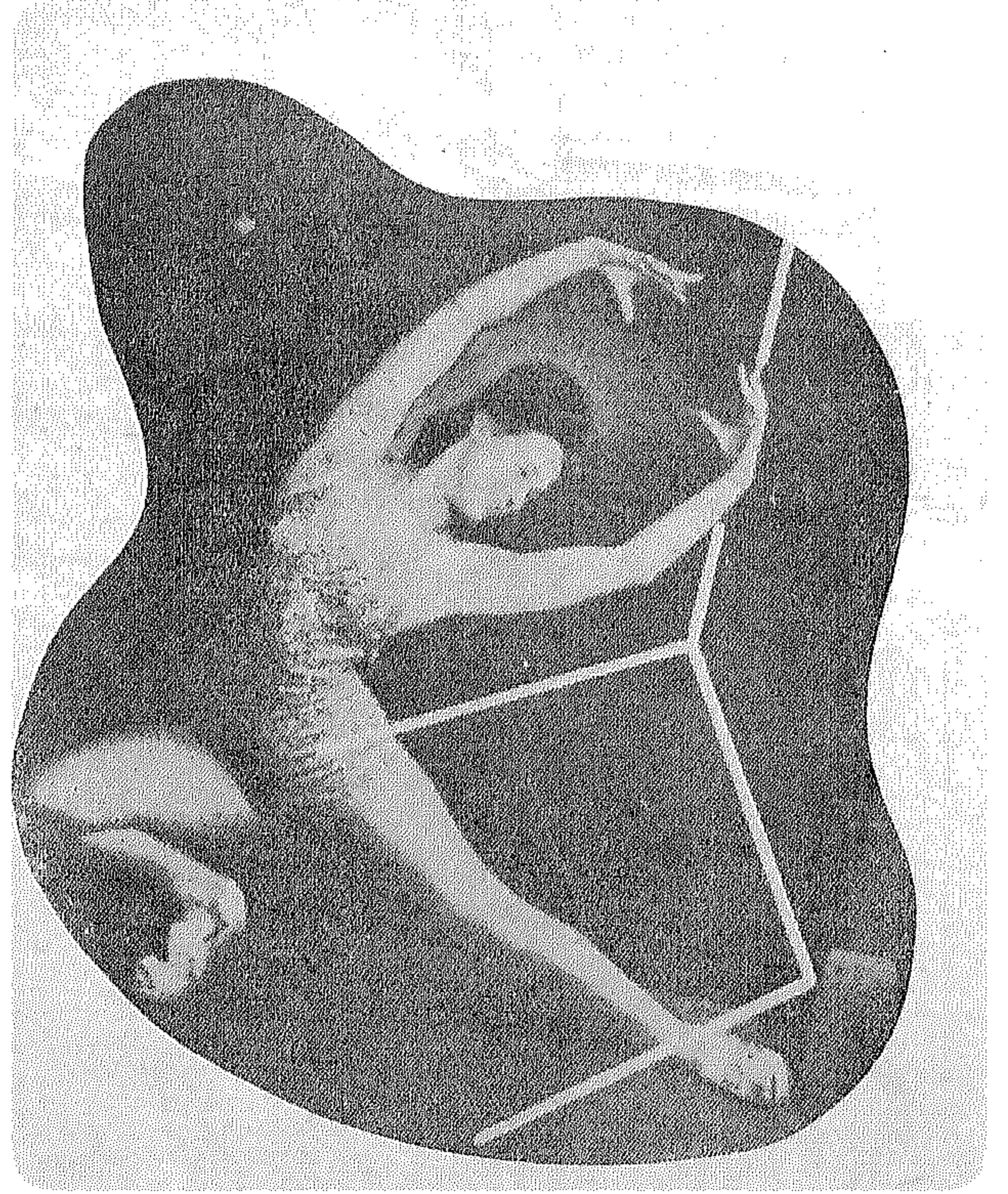
صابون للغسيل



أكثر الأصناف  
انتشاراً  
في الأسواق

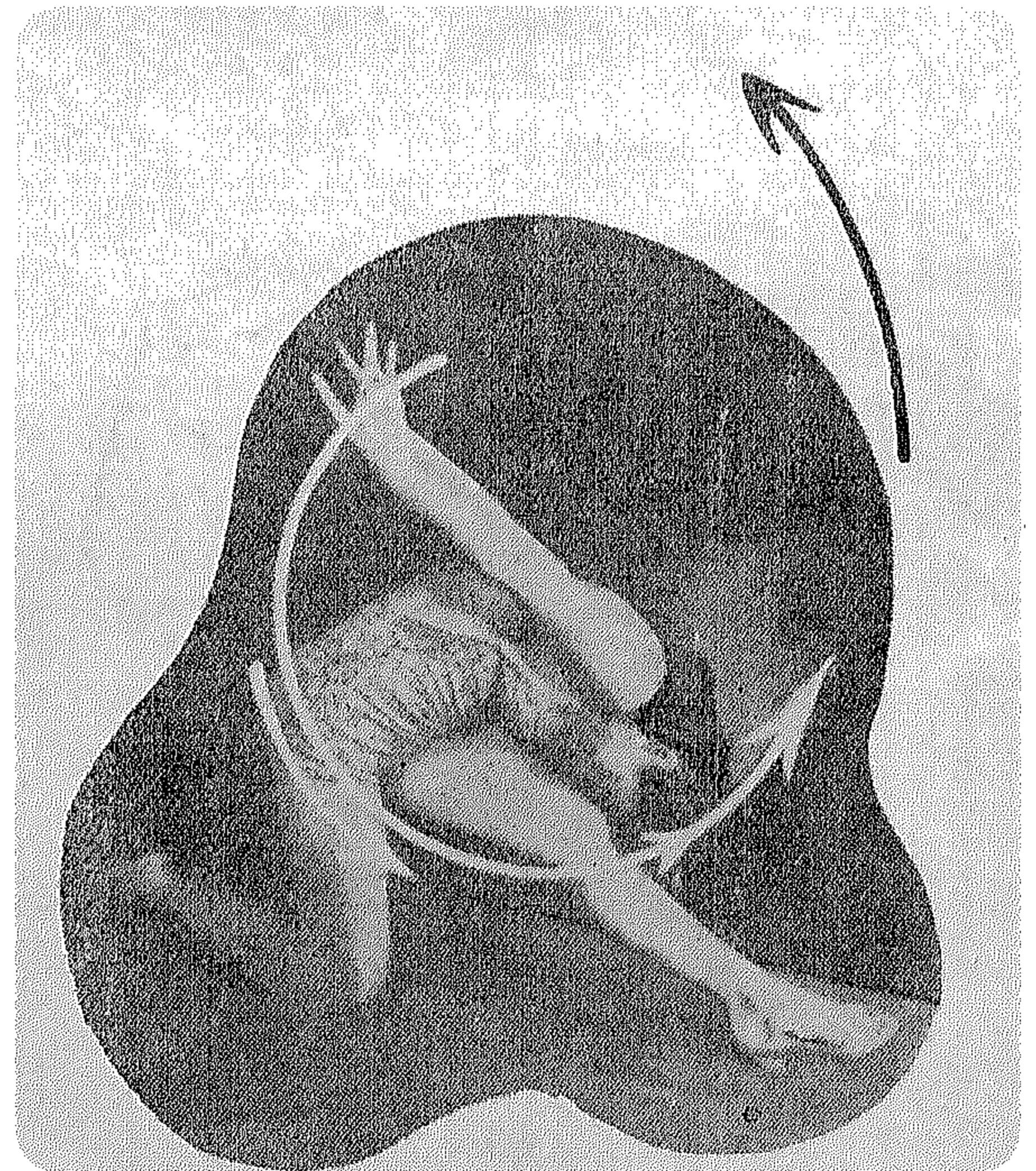
يرغى بسرعة ويذوب ببطء

إنتاج شركة صانع الرنو والصابون نافع عماد  
المركز الرئيسي: طنطا ٣٣٠١ / ٤٩٧ القاهرة ٢٥٨٠ كنز ٢٦١٥٩٤



التمرين الخامس :

الذراعان رأسيان . اثني جذتك جانباً الى الجهة اليمنى مع ثنى الساق اليمنى ومد الساق الاخرى . عودى الى وضعك الاول وأدى نفس التمرين من الجهة الاخرى .



التمرين السادس :

اتكئى على احدى ركبتيك وامددى الساق الاماميه وارفعى ذراعيك رأسيًا . اثني لتلمسى الركبة برأسك مع رفع الذراعين الى الخلف . لاتثنى الساق الاماميه .



# فسات من الصوف

ظهر الجونيلة رقم ٥ :  
يوضع تحت مع ترك المسافة  
الضرورية للكم الثاني .  
القطع موضوعة بالورب  
الكامل .

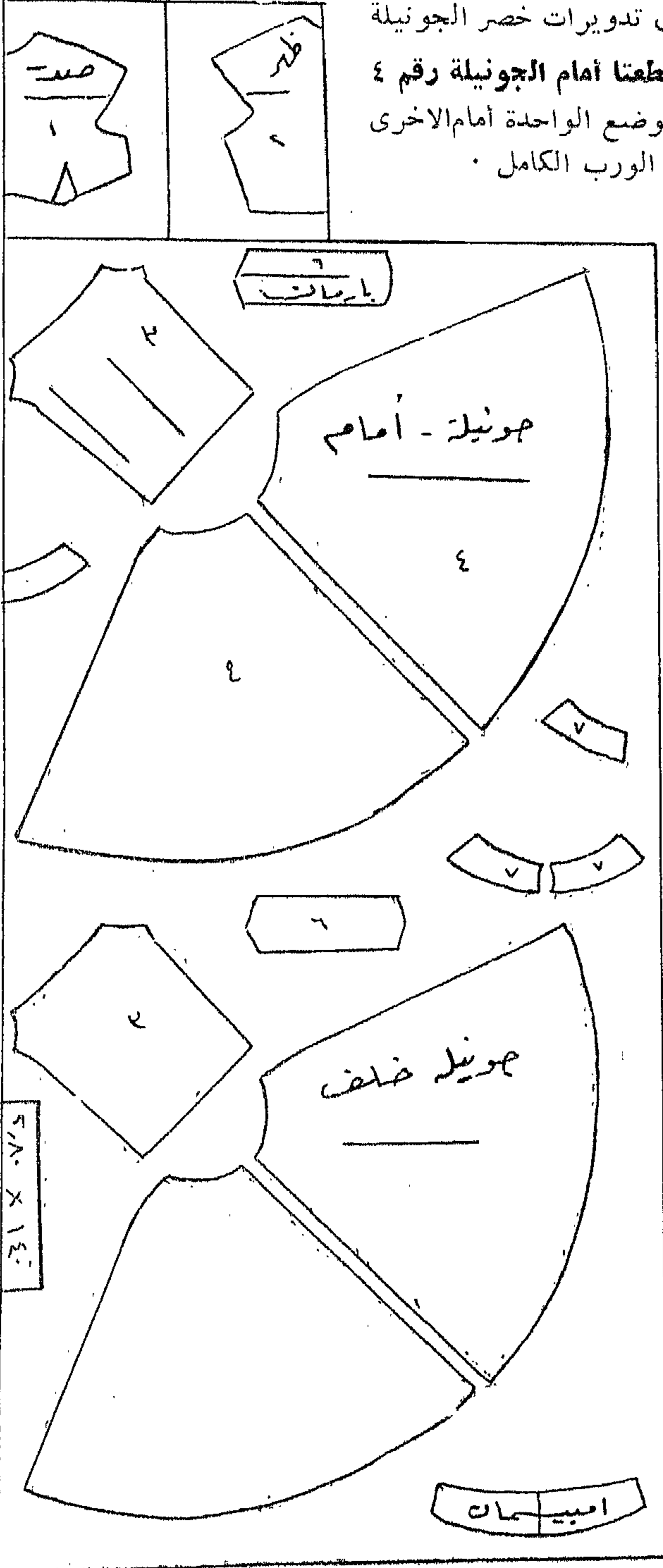
الجونيلة وقطع أخرى من

الكورساج :

الكم رقم ٣ : تقص هذه  
القطعة بالورب الكامل وتوضع  
فوق تدويرات خصر الجونيلة

قطعتا أمام الجونيلة رقم ٤

- توضع الواحدة أمام الأخرى  
على الورب الكامل .



مختلفة من الأقمشة مثل  
الكريب ماروكسان وكريب  
موس والقטיפه والجرسية  
والجوخ والساتان . وهو في  
حاجة الى قماش طوله ٣٣٠  
سم وعرضه ١٤٠ سم .

التفصيل :

الكورساج : الامام رقم ١  
والظهر رقم ٢ يحصل عليهما  
بنفس عرض القماش .  
ويقص القماش الى قطعتين  
حسب ثنية المصنع . وكل  
من هاتين القطعتين تشني هي  
الأخرى الى اثنتين الوجه على  
الوجه . أما الظهر والامام  
فانهما يقصان بوضع خط  
وسطهما على الثنية .

تقدم لك أيتها القارئة  
العزيزة في هذا الشهر هذا  
الفساتان المختصر المصنوع من  
الصوف الشسينيه أو من  
التويد : الاكمام ترواكار  
بقلابات مركبة ومربعة .  
الجونيلة مكشكشة . خياطة  
من الامام ومن الخلف .  
سوستة مركبة في ظهر  
الكورساج .

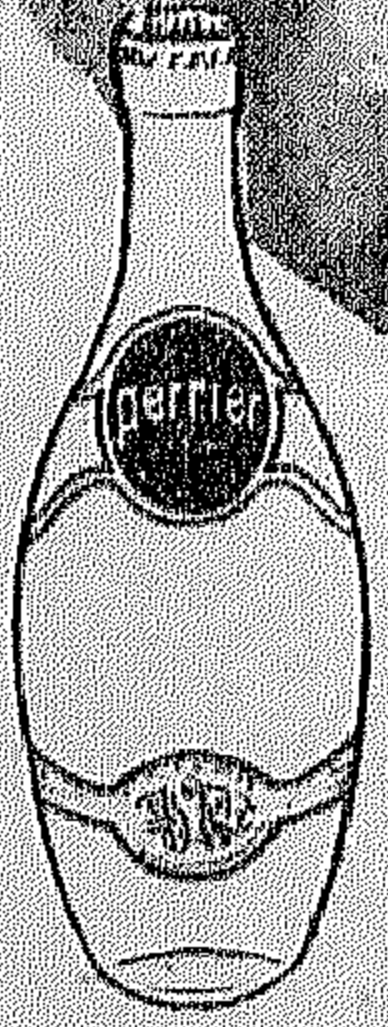
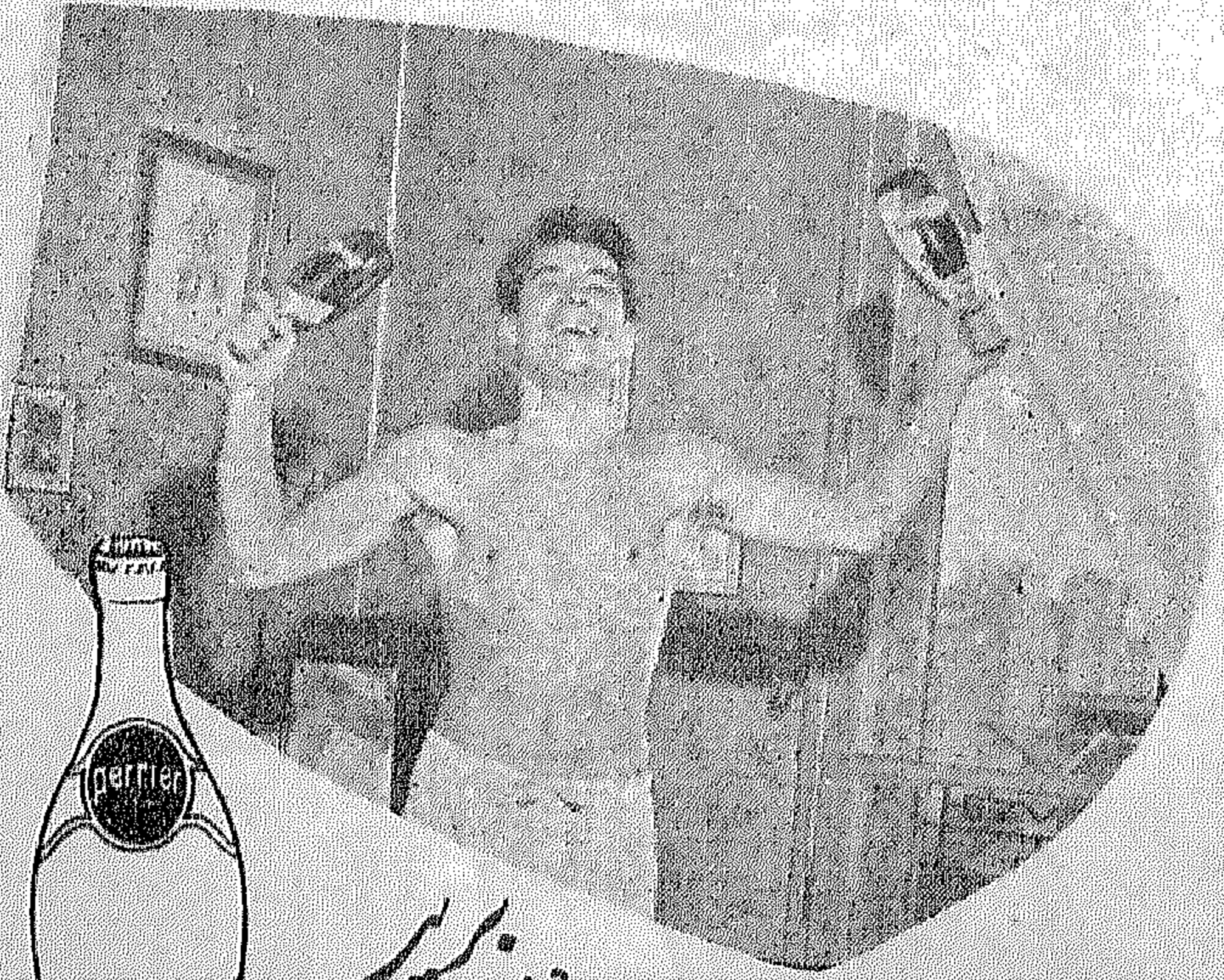
ويمكن صنع هذا الفساتان  
من الصوف السادة على أن  
تكون الياقة والقلابات من  
القטיפه أو من الصوف  
الاسود .

ان هذا الفساتان البسيط  
المختصر يمكن صنعه من انواع



# مياه برييه

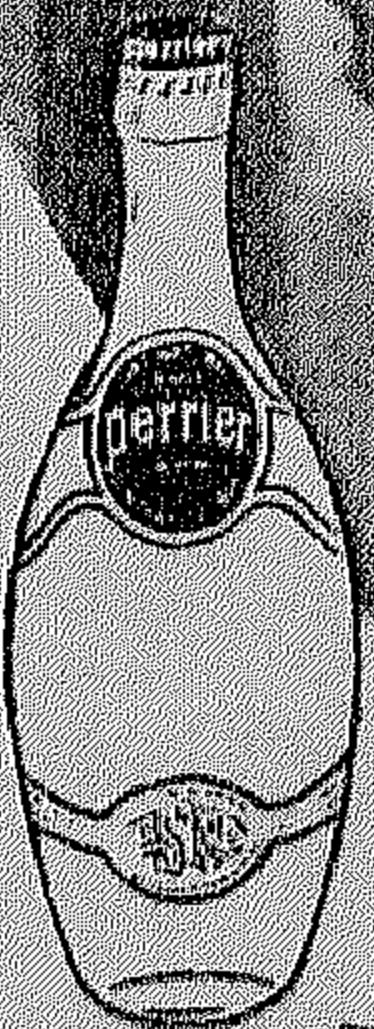
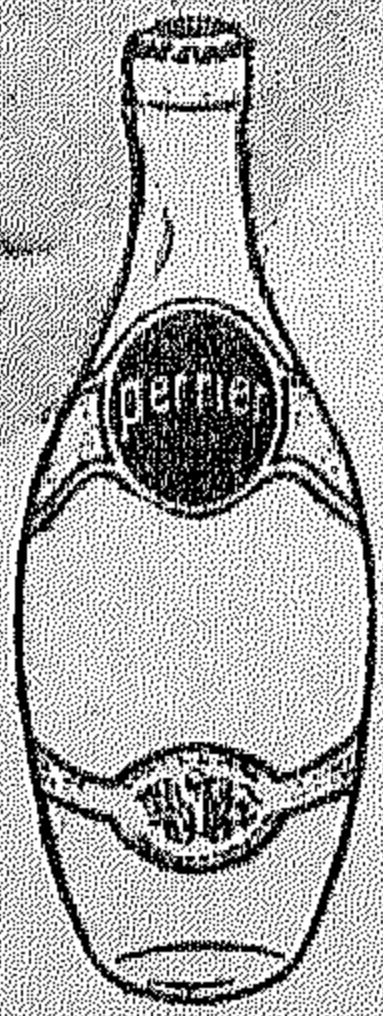
طبيعية وصافية • خفيفة وراضية • تساعد على الامتصاص برفاقك



برييه  
قوة الصباغة



برييه  
على المائدة



برييه  
قوة السموات

فتحة في الظهر لكي تتمكني من عمل القياس • يجب أيضا عمل فتحة عند مستوى الخصر في خياطة الجانب الايسر لكي ينساب الكورساج بسهولة •

ركبي بانوهات الجونيلة بخياطات الوسط والجوانب • • ركبي الجونيلة عند الخصر • قومي بعمل أول قياس • خيطي بعد الاصلاح ان دعا الامر الى ذلك •

اقلبي الكممين • ركبي البارمان • ركبي الكممين في فتحتهما بخياطة السراجة •

اجمعي كل نصف ياقة بما تحته • سرجيه عند فتحة الرقبة وقيسي • وبعد القياس انهي تركيب الكممين • اصلحي فتحة الظهر • ركبي الياقة •

خيطي سوستة في منتصف الظهر وأخرى على الجانب الايسر للخصر •

اعمل دخلات الخياطات والاورليه •

انتبهى :

لما كانت الجونيلة بالورب الكامل فانه من المستحسن أن تترك معلقة لمدة ٤٨ ساعة كي ينقرد الورب • اعملى الاورليه بعد ذلك • وليكن الاورليه باجيه •

ولحرصنا على هذا النموذج فقد رأينا ان تكون قطع الجونيلة الظهر والامام مقصوصة بخياطتها • ولكن السيدة التي تريد تفادي هذه الخياطة يمكنها ان تفعل ذلك دون ما ضرر •

**البارمان رقم ٦ :** يقص في اتجاه نسيج القماش في الاماكن المبينة لتفادي ضياع القماش •

**الياقة رقم ٧ :** مفتوحة عند الظهر ومقصوصة اربع مرات منتصفها على اتجاه نسيج القماش • انتبهى لكي تحصل على قطعتين من كل جهة •

**الامبيسمان رقم ٨ :** يوضع منتصفه في اتجاه نسيج القماش •

لجميع هذه القطع يجب ان تحسبى حساب الخياطات والدخلات والاورليه لاننا لم نعمل حسابها في الباترون •

**التركيب :**

**الكورساج - ركبي** الامبيسمان في أسفل الكورساج مع جعل النقطين ١ ، ١ . تتلاقيان بعد قفل بانسة أسفل الكورساج •

ركبي كورساج الظهر والامام بخياطات الكتفين وما تحت الذراعين • اعملى

## كوبون باترون بنت النيل

قدمى هذا الكوبون الى دار بنت النيل ٤٨ شارع قصر النيل بالقاهرة في المدة من يوم ٥ الى ١٠ من هذا الشهر • • تحصى على هذين الباترونين •  
**ملحوظة :** اذا أردت أن نرسله لك بالبريد المسجل • • ردى الينا هذا الكوبون مصحوبا بطوابع بريد قيمتها خمسة قروش مع ذكر الاسم والعنوان بخط واضح •



# تایبرائے منہ ابکار مالہ فائے

تتميز تايبرات جالك فات باكام  
مركبة بطرقة تطوّر الاكتاف .  
الباسكات غير ملتصقة والازرار  
عديدة . ويرى الى اليمين تايبر  
من قماش الجافقوى لون  
الغردل . والى اليسار هوديل  
من الشيفون معلى بياقة على  
هيئة ايشارب







ثوب للسهرة يمتاز بكورساج  
ضيقي وبجونيلة درابيه \* أما  
الذراعان فيغطيهما قفصان  
يصل الى ما فوق المرفقين \*

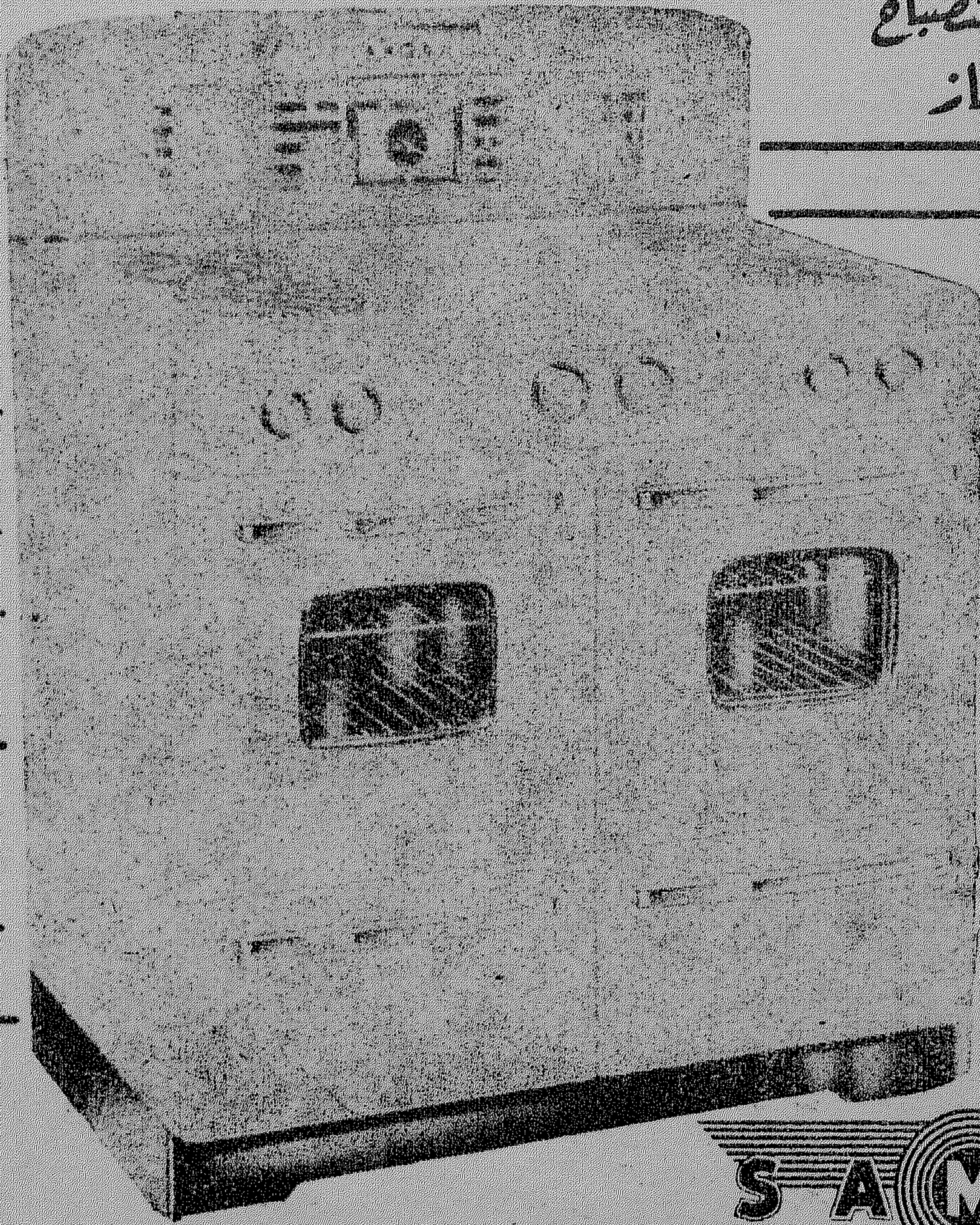


البريكية

سامكو

أفرانت

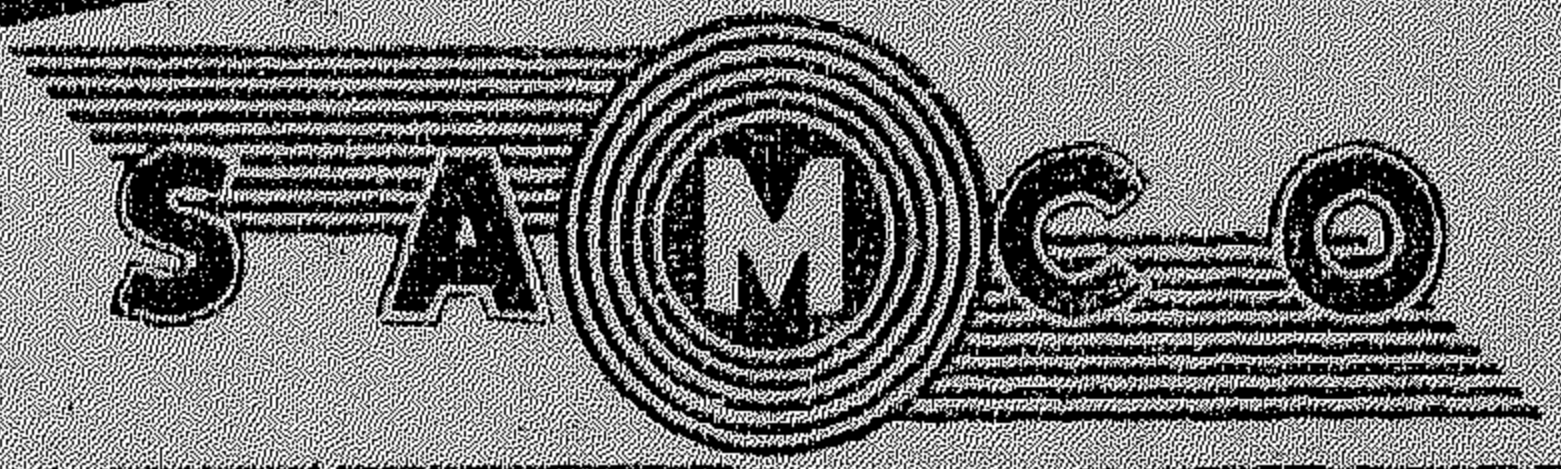
تعمل بفاز الاستعمال  
وبالوقت المناسب



تضاع مثلاً  
من حيث  
الجودة والقيمة

تحتوي على

٢ فرز  
٢ شرايه

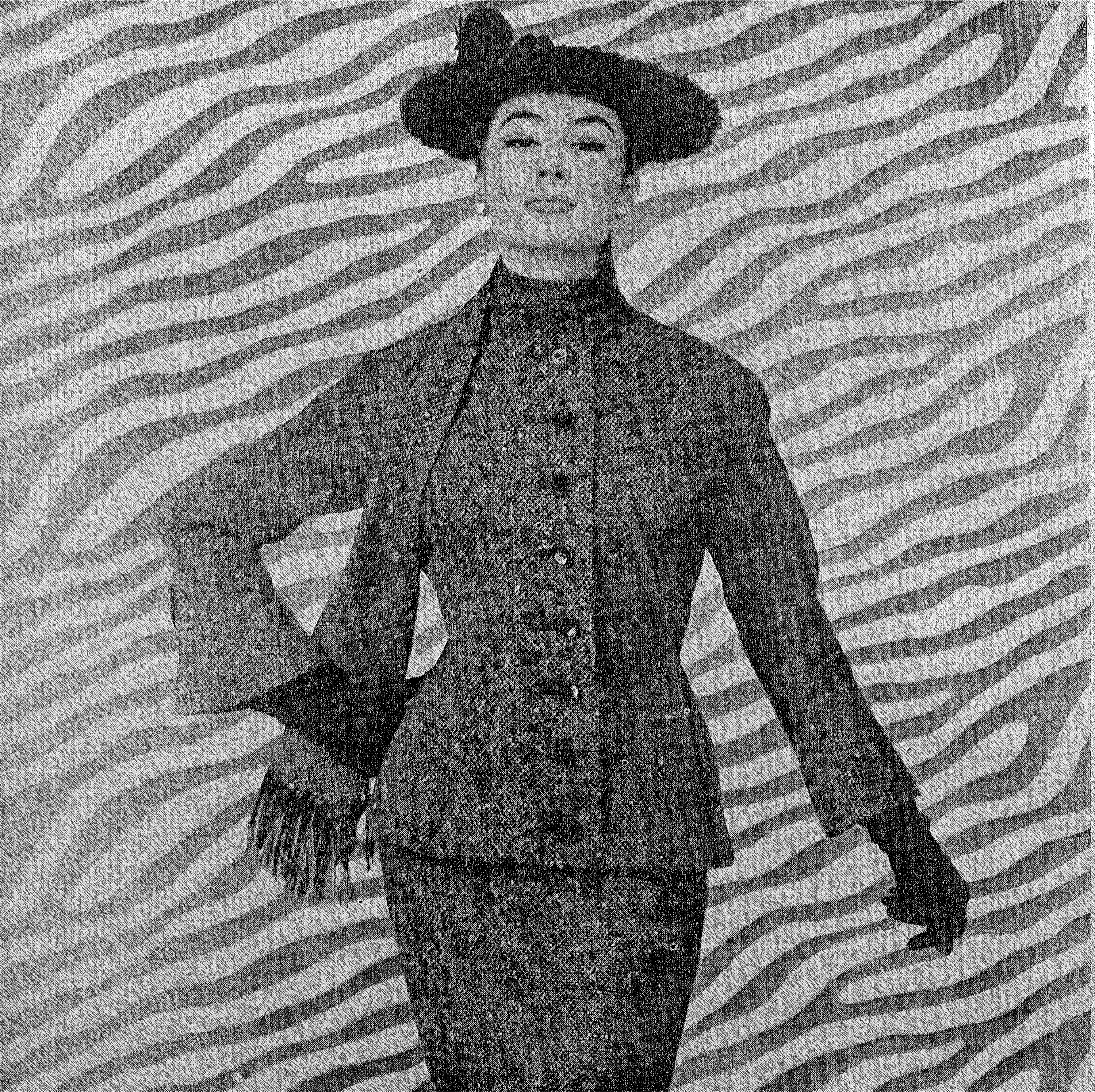


شركة وادي النيل للهندسة والنجارة

الوكلاء الرسميون  
للمنتجات

هناك في القاهرة ٥٢١٠٤ شارع النيل  
وادي النيل للهندسة والنجارة







# تاییرانتے د معطفتے د فکر قانتے جدید قانتے

→

طقم من المعطوف  
الرمادی يقتده لانسان  
كاستياو • الجاكيت  
تشبه التونيك بصفين  
من الازرار • الحليسة  
من القراء • الشوب  
نفسه ضيق • ويلاحظ  
أن جيبي الجاكيت  
واطئان أما الازرار  
فمرتفعة الى الصدر •



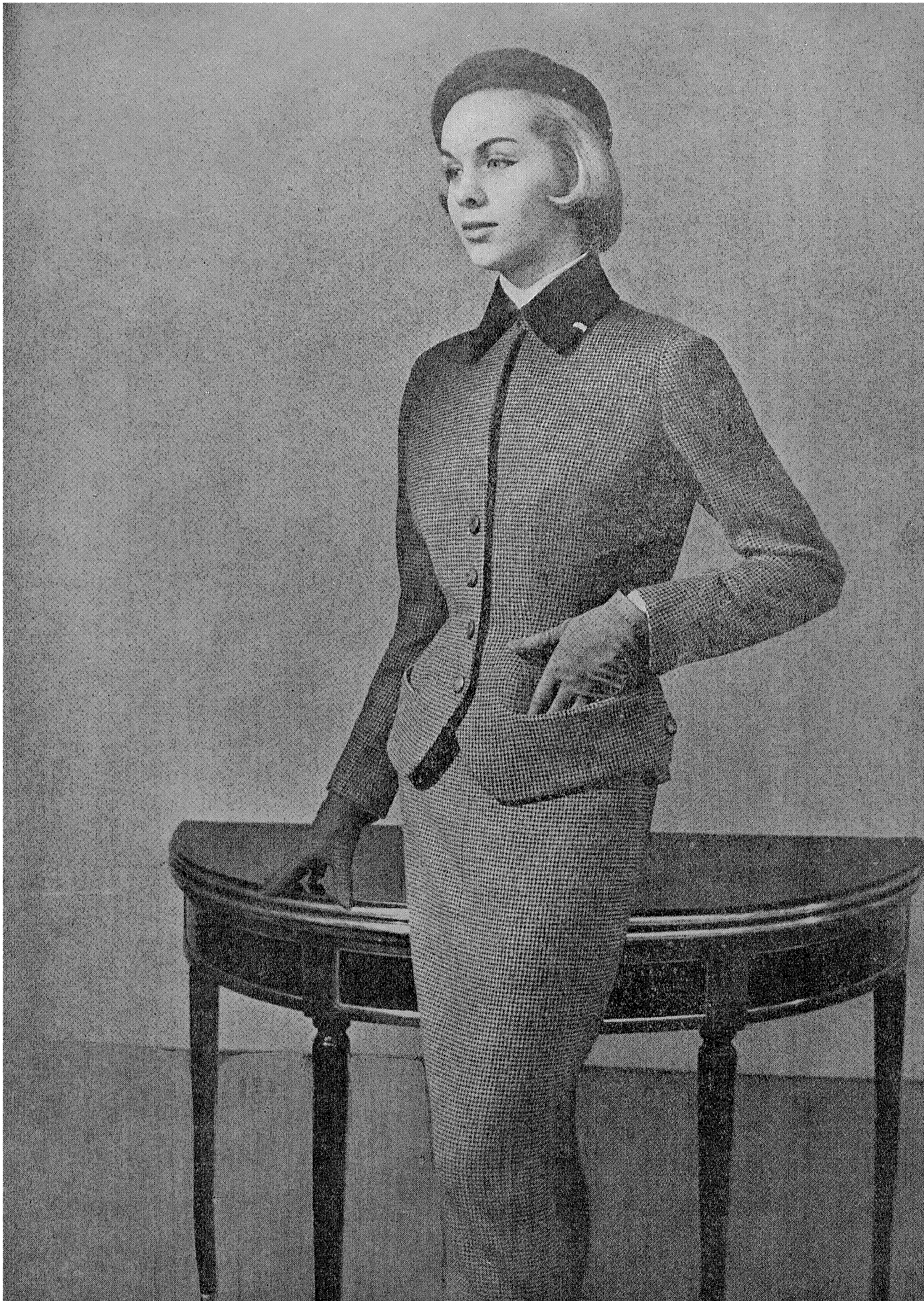
←

وتقدم جرمين لوكونت  
الى اليسار طقما مكونا  
من معطف مبطن بقماش  
يشبه جلد الفهد وتايير  
ذی جاكيت ضيقة  
تقلل بصف من أربعة  
ازرار في أسفل •  
الجونيصة متوسطة  
الامتداد •













# عمر الربيع

هل بلغت سن العشرين ؟  
أنت الآن في عمر الربيع  
... لقد اختارت لك  
بنيت الثيل تايرا وثوبا  
يناسبان سنك • أنت  
ما زلت شابة والموديل  
الذي يناسبك يجب أن  
يمتاز بالبساطة والبعد  
عن التكلف • وأن يكون  
قماشه مناسباً • أن  
التاير الذي إلى اليمين  
لا يحتاج إلى وصف •  
كذلك الثوب الذي إلى  
اليسار



# لارنا في الشتاء

هل تشدين الدفء ؟ ارتدى هذه الجاكيت الطويلة

الانيقة • انها مصنوعة من الصوف السميك



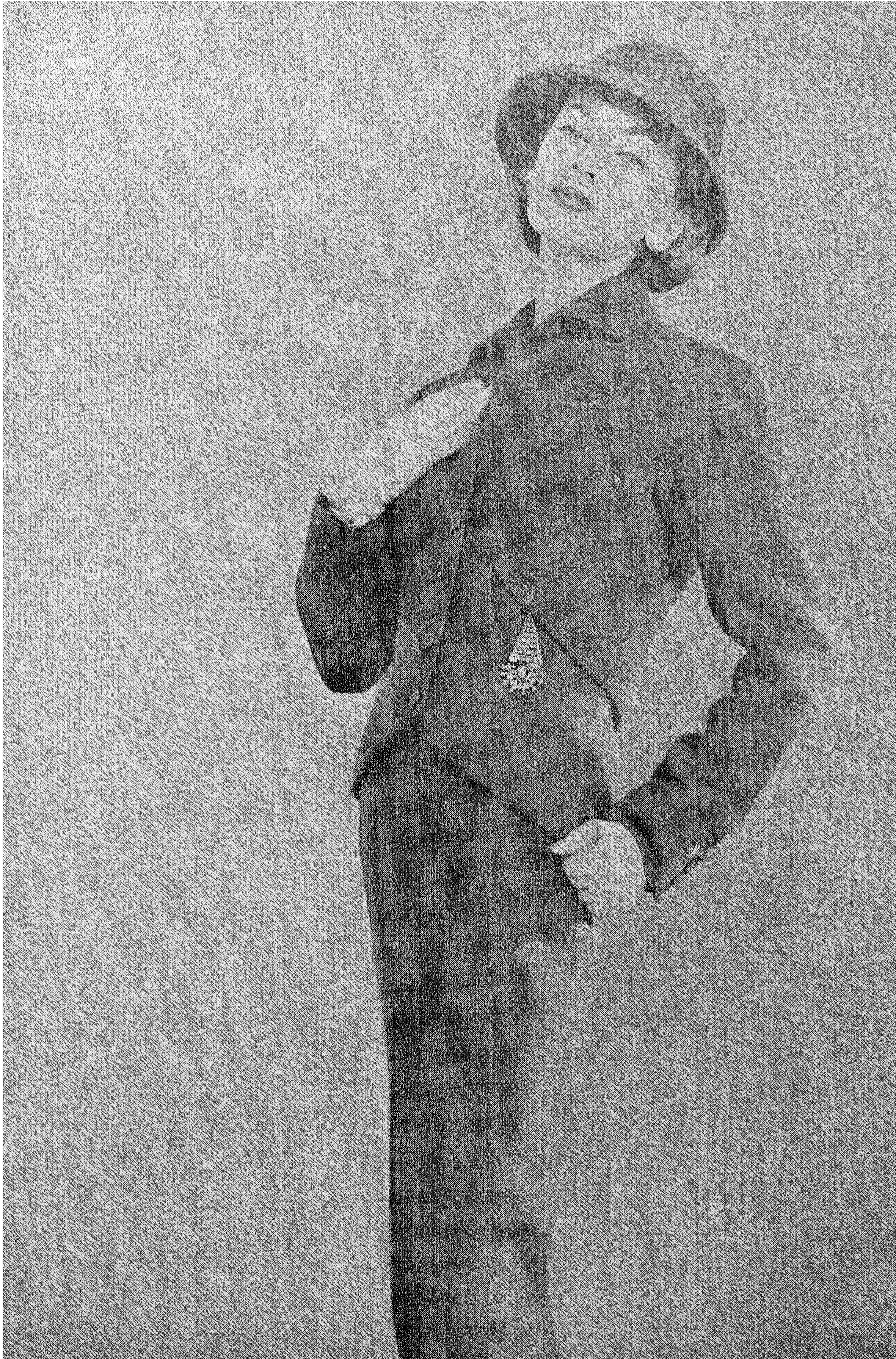




وهذا التايير . . . انه الاناقة بعينها . لقد قفل من الامام

تماما وضيق عند الخصر . اما الجونيلة فضيقة







# آخر الشتاء

ان التاير الذى يقدمه جان  
ديسيس الى اليمين من نوع  
مبتكر • ان الجاكيت شبيهة  
بالصدى الذى يلبسه الرجال  
تحت الجاكيت ان اسستينا  
الاكمام • ويلاحظ الحلية التى  
تتدل من الشية المصنوعة تحت  
الصدر • اما الجونية  
فمستقيمة • ويقدم برويس  
ثوبا من قماش يدعى تولويد •  
ان الكورساج متوسط الاتساع  
اما الجونية فهى واسعة وتمتاز  
ببعض الكسور التى تسهل  
حركات الساقين







## أناقة

هل أنت من ذوات القند المشوق ؟ لماذا اذن لا تفكرين فى تفصيل  
هذا المعطف ؟ انه واسع ولكنه دافئ . كذلك الاكمام فهى واسعة  
وبقلابات عريضة . وقد حليت الياقة بفيونكة كبيرة جدا





## بساطت

ان هذا المعطف الشبيه بالفستان  
من ابتكار جاك جريف ، صممه  
من قماش الديسيل وحلاه عند  
الياقة وأساور الاكمام بالفراء .  
ويلاحظ ان الحزام مزدوج وقد  
وضع بطريقة خاصة بعد ان  
ثبت بزرارين . اما الجيبان  
فقد انتقلا من مكانهما الطبيعي  
لينزلا الى ما فوق الركبة  
بقليل . لقد حرص جاك  
جريف على أن يسهل حركة  
السائقين فوسع الجزء الاسفل  
من المعطف بقدر المستطاع





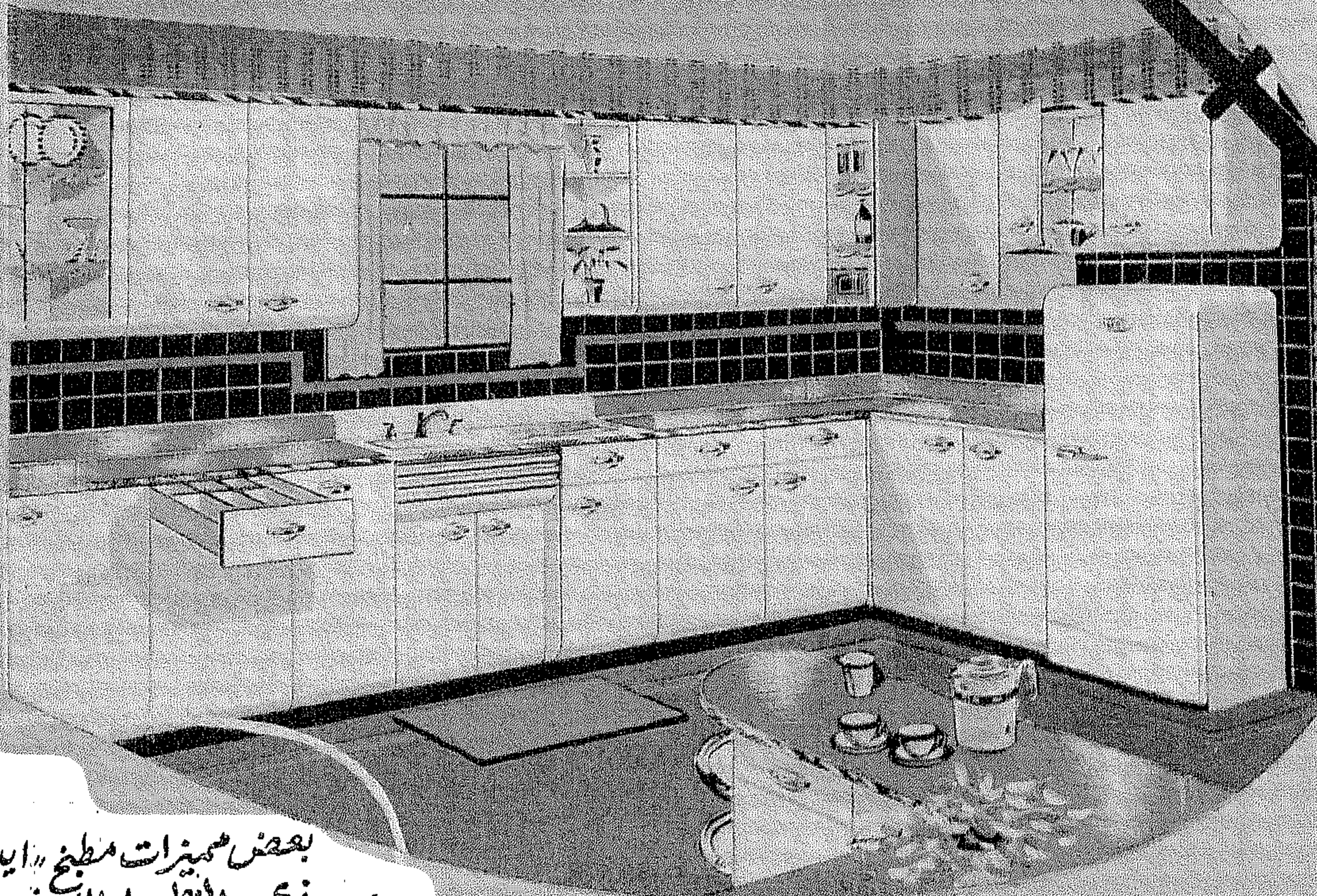


«ايدىال» تضع اليوم في متناول يدك  
المطبخ الذى تهافت عليه الأمريكيات

## فولتوروتسيابيه

مطبخ  
ايدىال

المصنوع بترخيص من مصانع  
بيوتيكرافت الأمريكية



بعض مميزات مطبخ «ايدىال»  
في حقه الخطوط الانسيابية  
منع امتلاك المعدن بغيره. هاملا من  
النيون او تومانية التزيين تكفل نعومة  
تترك الادراج دون جلبة.  
وساكن من الخطاط لعدم اهدان صوت عند  
قفل الابواب والادراج.  
الابواب ودراجها من الادراج سمك لم سقى  
مزودة بمادة ماصة للصوت  
مصدان لمنع خروج الادراج من مكانها.  
مفصلات الابواب غير ظاهرة. مقابض  
من تصميم خاص بأقل بروز ممكن.

تتفرد «ايدىال» بتقديم كل هذه المميزات العظيمة  
الموجودة في هذه الطرفة التى استطاعت  
أن تصنعها بترخيص وطبقا لنماذج منتجي  
مطابخ «بيوتيكرافت كيرف-لايىن» أروع  
وأجمل المطابخ المعدنية في الولايات المتحدة.

ان مطبخ «ايدىال» ذات الخطوط  
الانسيابية تعد بحق في مقدمة  
المطابخ المعدنية العصرية . فهي تمتاز  
بطرازها الانسيابي الوجيه وبوحداتها  
ذات التصميم الرشيق وبابوابها  
وأدراجها التى تتحرك بنعومة وبلا  
صوت . فضلا عن ملحقاتها ومميزاتها  
التي تعمل على توفير الوقت والجهد .  
عدا الكثير من الصفات الاخرى المبتكرة  
التي تجعل من المطبخ متعة . واما  
كان حجم او شكل غرفة المطبخ  
فان مطبخ «ايدىال» المعدني ذا الخطوط  
الانسيابية يمكن تنسيقه فيها تنسيقا  
رائعا ودون أن تتأثر ميزانيتها .

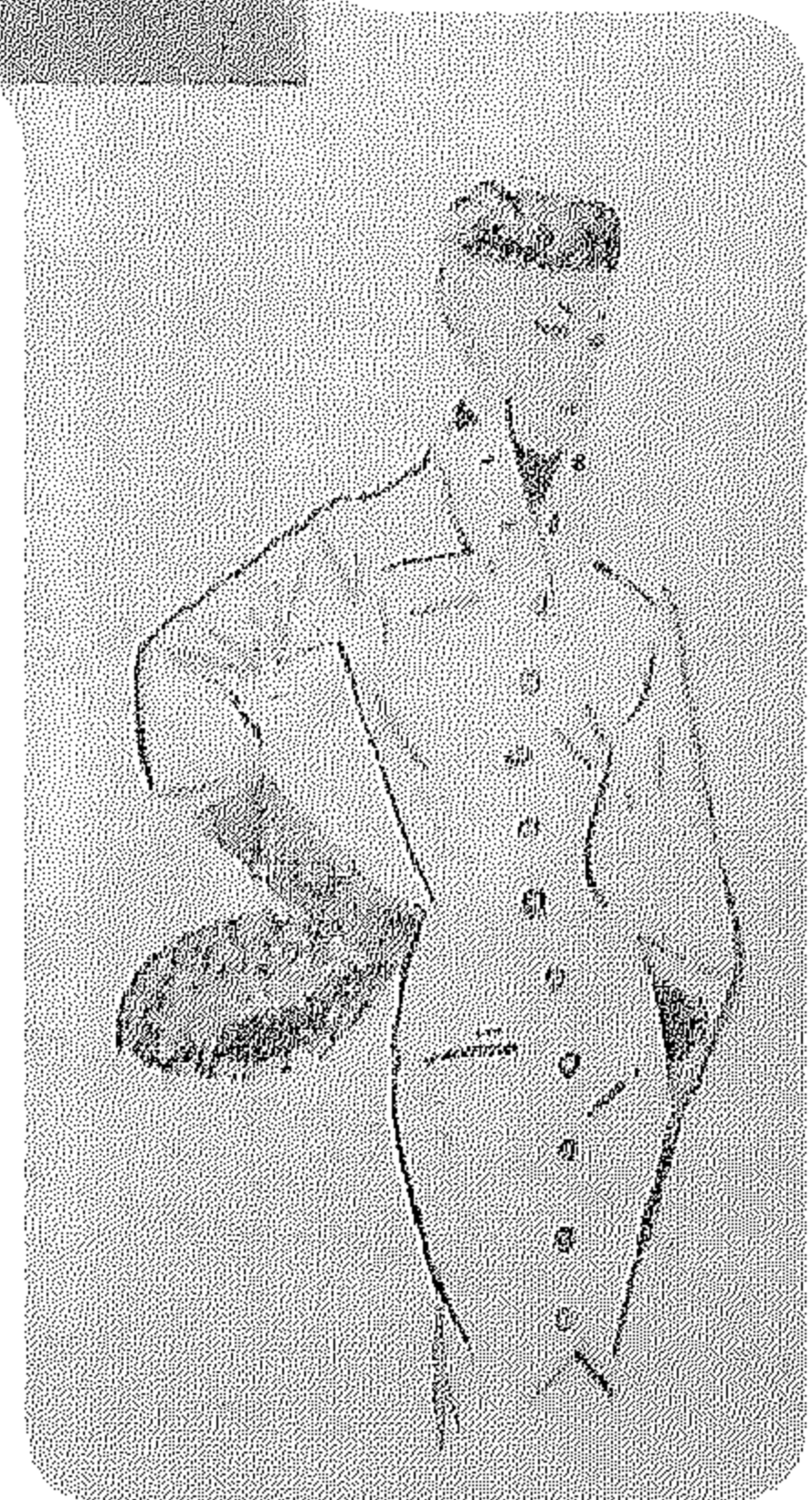


معروض الآن في : صالة عرض «ايدىال» ٢٨ شارع عدلى بالقاهرة



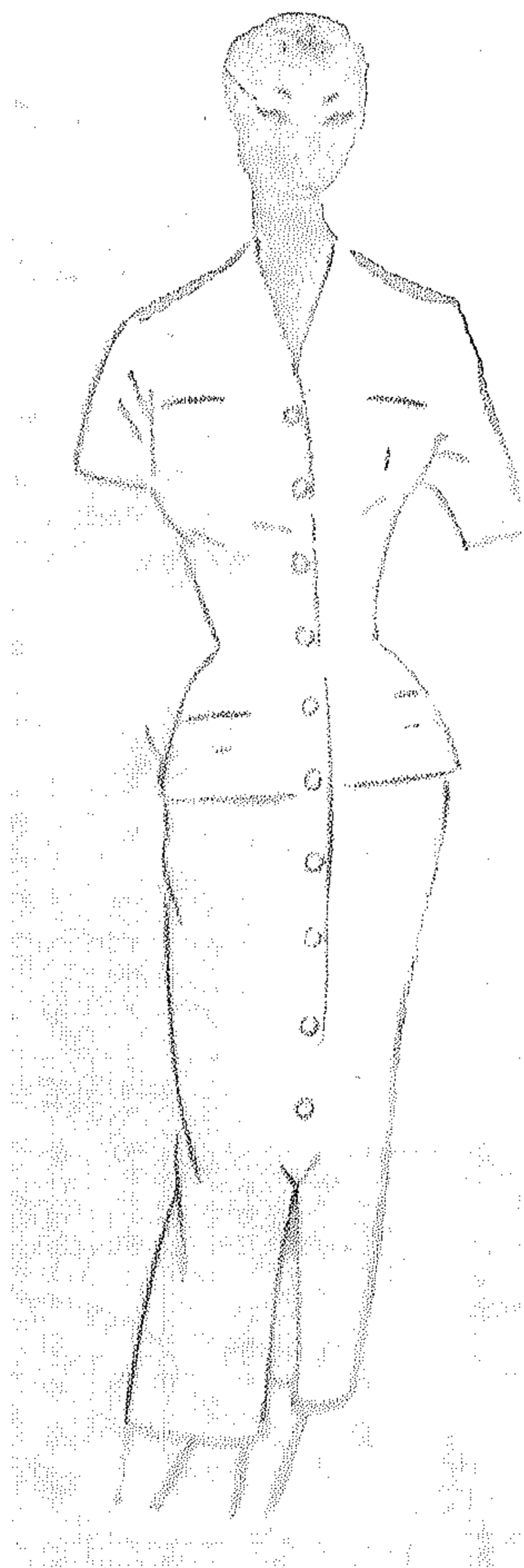


ما زال الثوب الضيق المعروف بباريس باسم غمد السيف سيد الموقف بين  
أزياء هذا الموسم • أما المعطف فيصل الى الركبة أو فوقها قليلا •





تبدأ في أوروبا خلال شهر فبراير حفلات المرافع الساهرة وهذا ثوب انيق يمتاز  
بضيقة الكورساج وسعة الجونيلة التي تبدأ ضيقة ثم تتسع الى أن تلامس الأرض



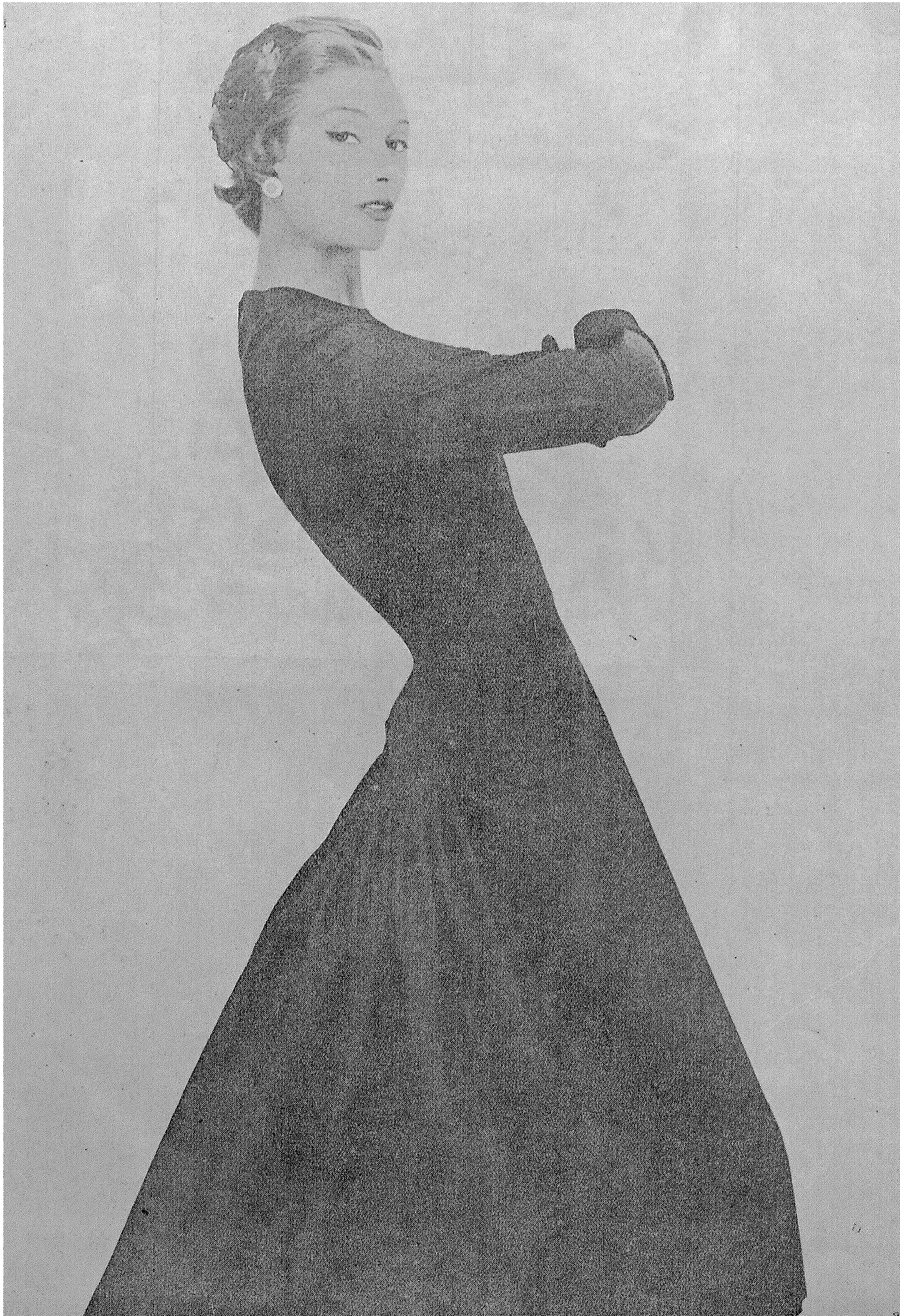


# أسكوت سنكات



يبيع  
في جميع محلات توكيد  
موزكو الشل بوتا جان  
الشركة المصرية للفاتورة السائلة موزيفتر وشركاه (م.م. ١٠٠٠)







# معطفان

هذا المعطف الوثير من ابتكار  
شارل مونتني • لقد صنعه  
من التويد السميك الابيض  
والاسود • الجيبان عاليان  
وملصقان • الازرار علية  
والياقة مزدوجة • ويقدم برنار  
ساجردوا تاييرا احمر واسود  
محل بياقة من القطيفة الحمراء •  
الظهر معرض بشنيتين  
مسطحتين • الجيبان مختلفيان  
تحت قطعة قماش مزرة







## روايات

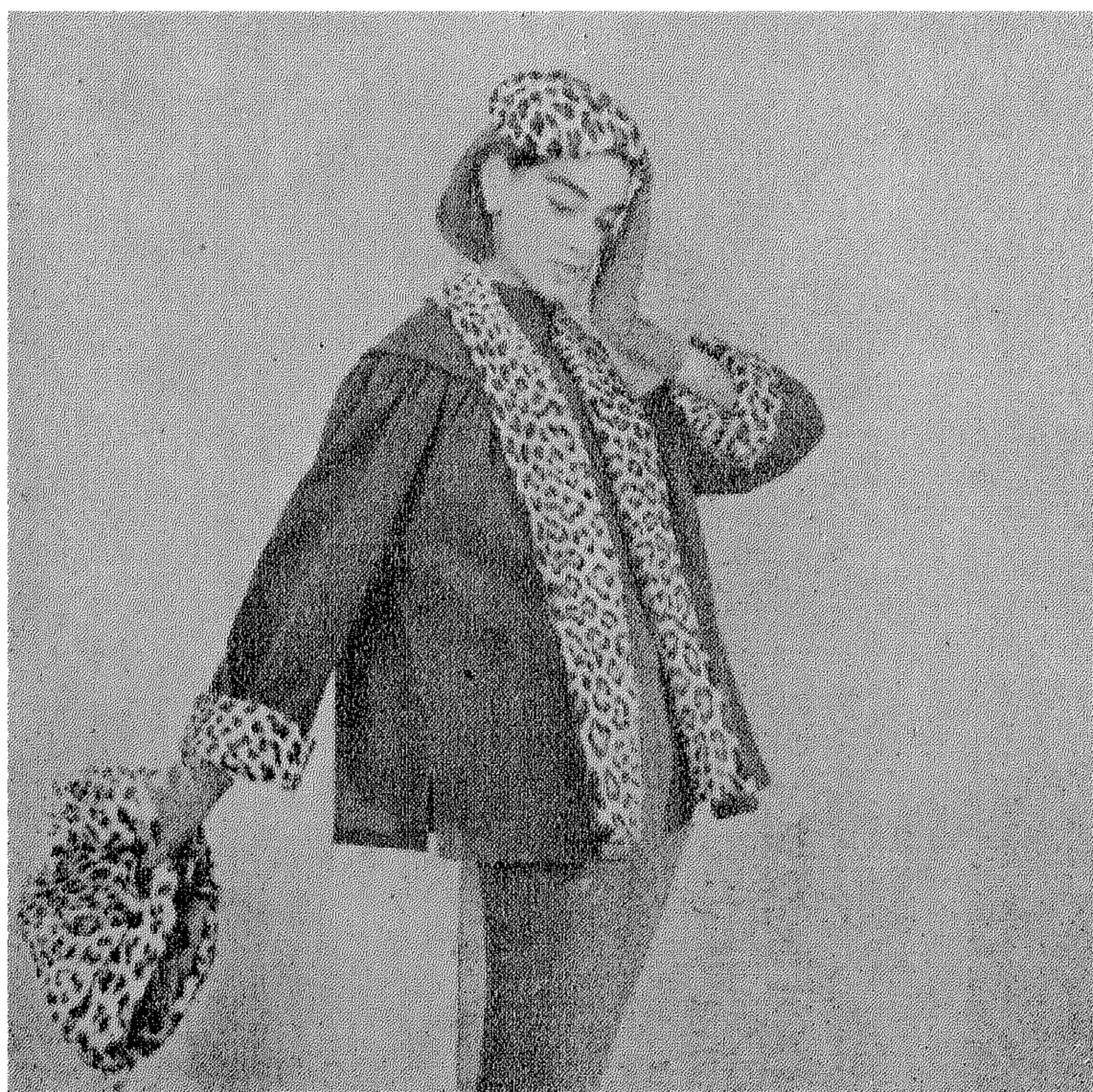
هذا المعطف القصير بأكمام  
مركبة محلي بيساقة عالية من  
الكاستور • وهو يرتدى على  
ثوب من قطعتين : تونيك  
وجونيلة ضيقة • لقد صنع  
هذا الطقم من التسويد البنى  
والاسود وهو من ابتكار مارلين  
دى روش • وهذا المعطف الذى  
يقدمه جاك جريف فانه يرتدى  
للمصباح وأثناء السفر • ان  
اتساعه ناتج عن مثلث مركب  
تحت الذراع ويزر بزرار واحد  
عند الياقة





# نظرة أخيرة على انطواء النساء

رافاييل



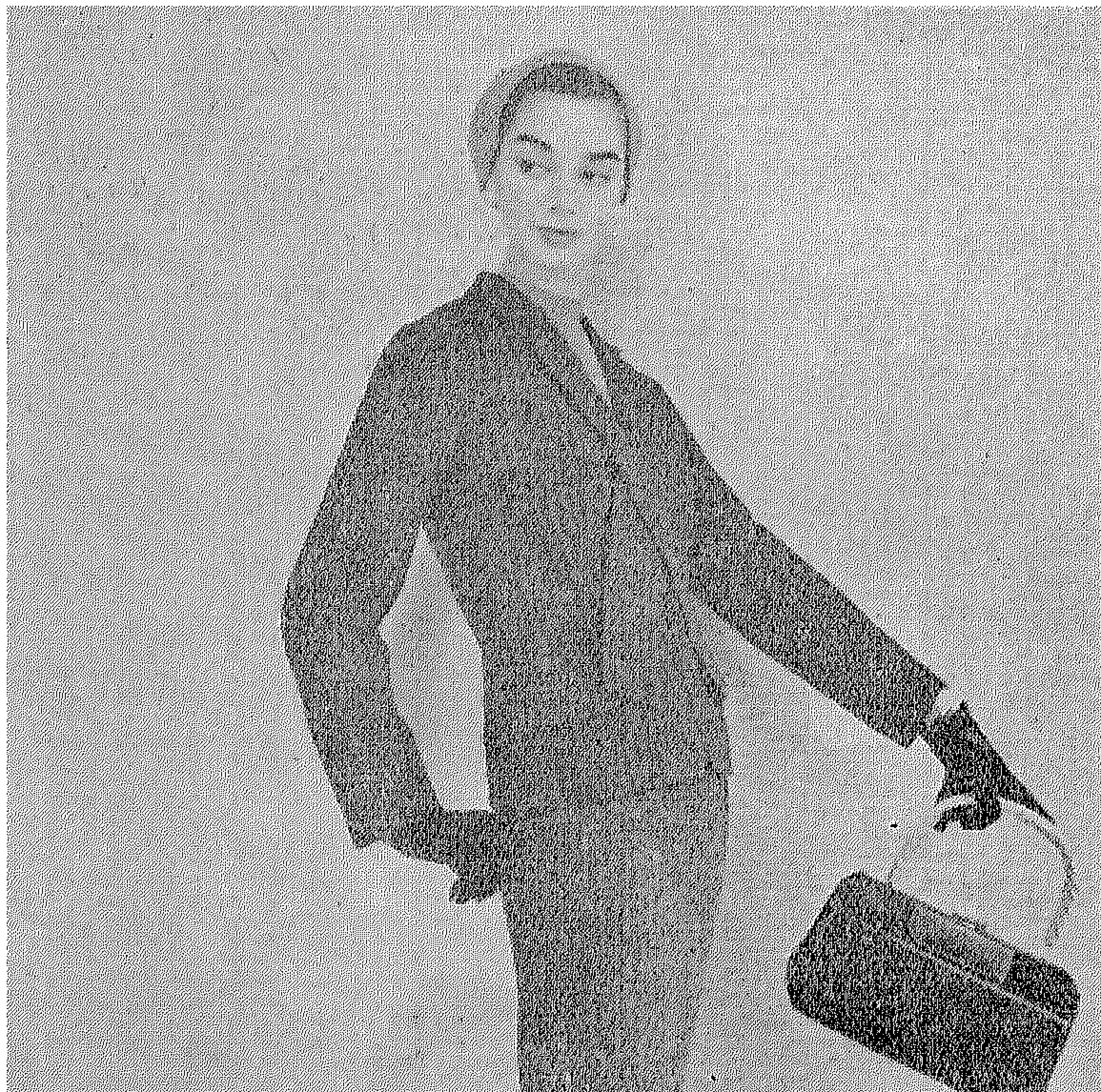
برنار سجاردوا

معطف سسبة اثمان و جاكيت من  
فماش الايكوسيه الازرق الفساق  
والاخضر . الجونيلة من الصوف  
الاسود . ان هذا الطقم الجميل  
من ابتكار برنار سجاردوا . ويقدم  
رافاييل جاكيت بياقة على هيئة  
شمال من الكاستور . اما الطقم فانه  
من الصوف البنى ذى الخطوط  
الخفيفة . الجيبان موضوعان في  
اسفل . الفستان ضيق ويشبه  
النونيك . ويبتكر باكان هذا  
البالطو البيليس المحل والمبطن  
بالاوسيلو من الجرسية الرمادى .  
الأكمام مبطنه تحت اميسمان  
بفرونسات

باكان



ويقدم ريفيون هذا الطقم المصنوع من التويد الاسود والابيض • الجاكيت مخالة بالبيكان • الجونيلة ضيقة • وهذا برويير يضع هذه الجاكيت الثلاثة ارباع من الصوف الخفيف على فستان ضيق من الصوف الخفيف الاخضر • الياقة الصغيرة والاجزاء الامامية مخالة ببييه ضيق من الساتان الاسود • الجيسوب كبيرة • وتختار جومين لوكونت روب برانسييس وعطفا من التويد السميك الاخضر والازرق • المعطف محل بالفراء • وها هو ذا مادكاربانتيه يقدم هذا الطقم المصنوع من قماش الشقيوت •





يحل جاك كوستنيه بكرافات  
وبارمان من الاستراكان جاكيت  
مستقيمة من التويد السسميك  
الاسود والابيض • الجيوب  
مشقوقة بالورب

## تأثيرات من جميع



ان جاكين جودار تحل بثلاثة  
أزرار موضوعة على هيئة مثلث  
هذا الرداء الاسود

بانسات مشغولة بعش النمل  
تبدأ من الياقة ومن منتصف  
جيوب جاكيت من الفلاندر  
المارنيجو • ابتكار شارل مونتني

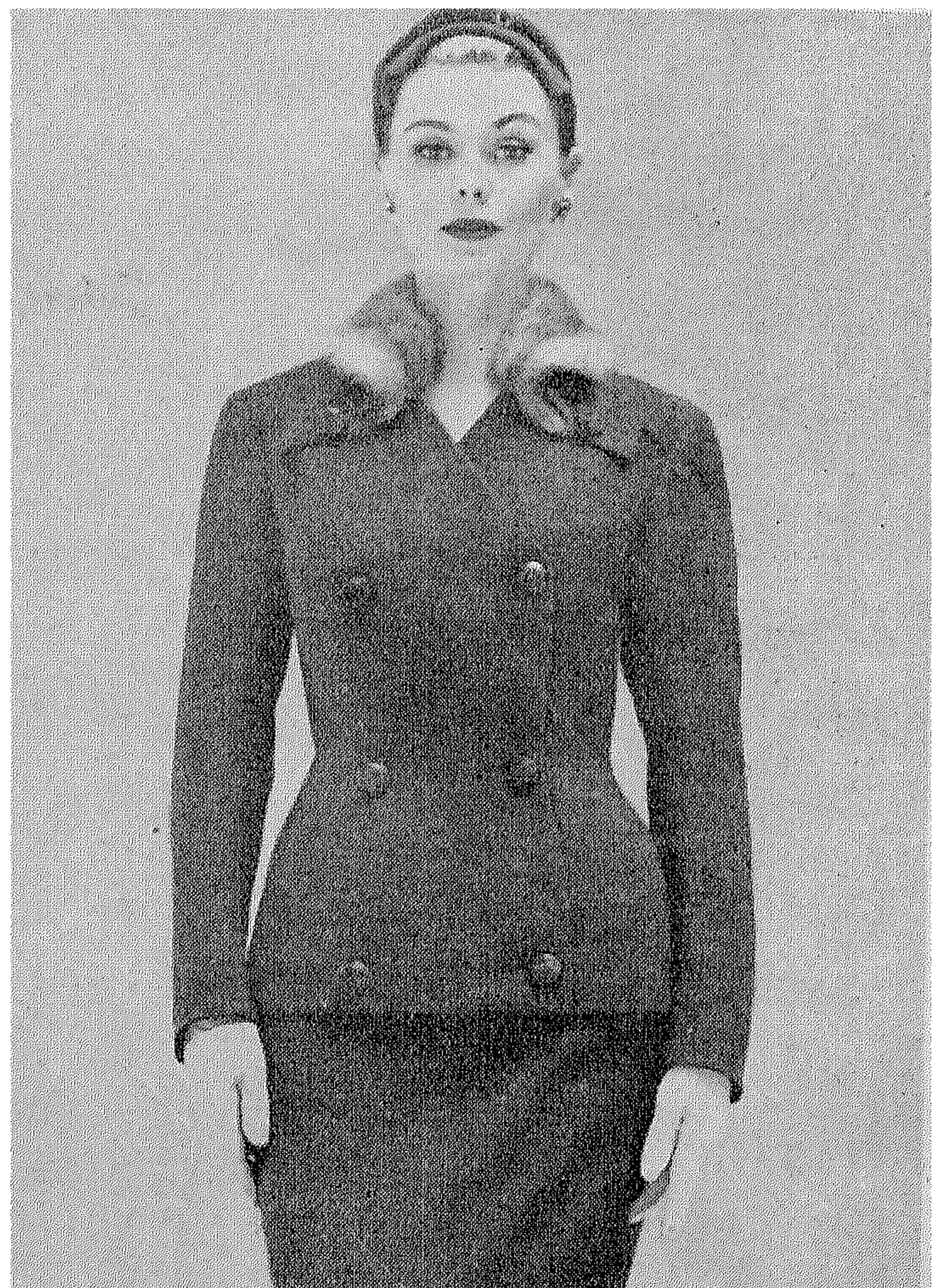






تنفذ ايمنى لنكر بالصوف المربع  
الكحلي والاسود تايرر مختصرا .  
وبلاحظ أن قلابات الجيسوب  
فى حذى الخصر • الجونييلة  
ضيقة

## الأنحطال والألوان



ويربع موريس روجيه تحت  
صنفين من الأزار هذه الجاكيت  
البنية • فتحة الرقبة محلاة  
بالفيزون



يزرر اندريه لودو هذا التايرر  
الاحمر الفاتح على شكل مثلث  
راسه الى أسسفل • الجاكيت  
غير مختصرة • انه انمسوذج  
سهل وبسيط





نقدم لك على هاتين الصفحتين خير ما وصلنا  
من باريس عن البلوزات لهذا الموسم انها  
جميعا غاية فى الاناقة ويمكن ارتداؤها جميعا  
على نفس الجونيلة . وان كنت خياطة ماهرة  
استطعت ان تختارى البلوزة التى تناسبك .  
انها جميعا سهلة الصنع . ويمكن ان ترتدى  
عليها جاكيت ان كان الجو باردا . وان اعتدل  
الجو ، وسوف يعتدل بعد شهر او اكثر قليلا  
فى مصر ، استطعت ان ترتديها على الجونيلة  
بدون حاجة الى جاكيت . ان البلوزة الانيقة  
لا تقل جمالا عن الشوب الذى تدفعين ثمنه  
اضعاف ما تدفعينه فى بلوزة من البلوزات  
التى امامك . غير اننا نود فى هذه المناسبة  
ان ننبهك الى ان الالوان السادة انسب ان  
احسنت اختيارها



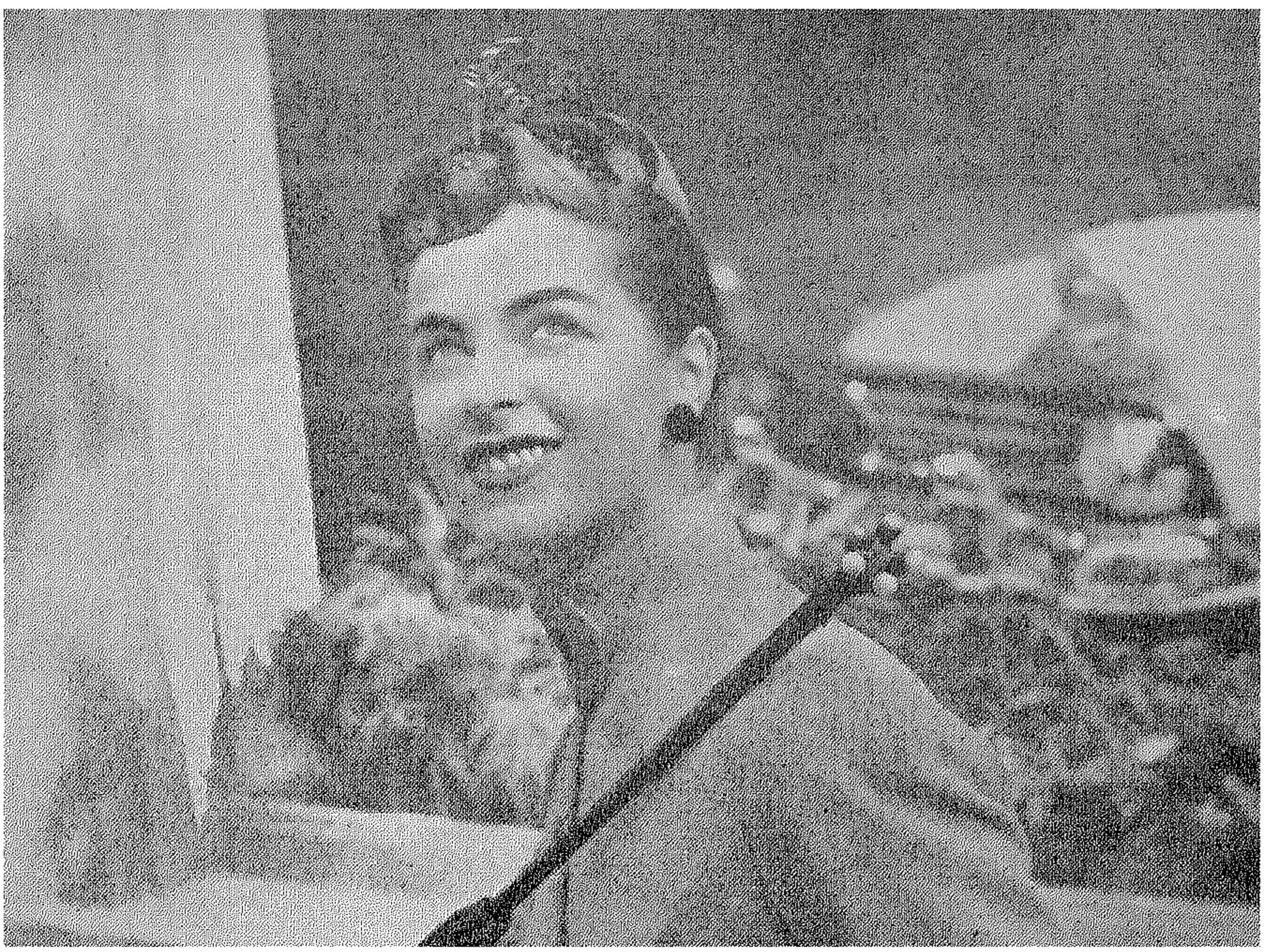




بلوزے انیفکے  
نکھلے المناسبات







أمامى خطاب من احسدى  
القارئات تقول لى فيه متى  
تلبس القبعة ومتى لا تلبسها .  
ان الثوب التواليت لا بد أن  
ترتدى صاحبه معه قبعة  
مناسبة . وقبعات الشتاء  
تختلف كثيرا عن قبعات الصيف .  
فبينما تكون الاولى صغيرة فان  
الثانية تكون على العكس ذات  
حافة عريضة لتقى صاحبها  
ضوء الشمس . ويجب على  
السيدة الانيقة أن تختار القبعة  
التي تتفق وشكل وجهها .  
فهناك قبعات لا تنسجم مع  
الوجه المستدير ، كما توجد  
قبعات لا تتفق مع الوجه  
المستطيل . لا تشتري القبعة  
الجميلة بل اشترى القبعة  
التي تكونين بها جميلة . وعلى  
أى حال فلا داعى لشراء عدد  
من القبعات ان قبعة واحدة فى  
استطاعتك أن تلبسها فى  
موسمين أو ثلاثة مواسم ان  
عرفت كيف تحورينها لتصبح  
صالحة للدوسم التالى .





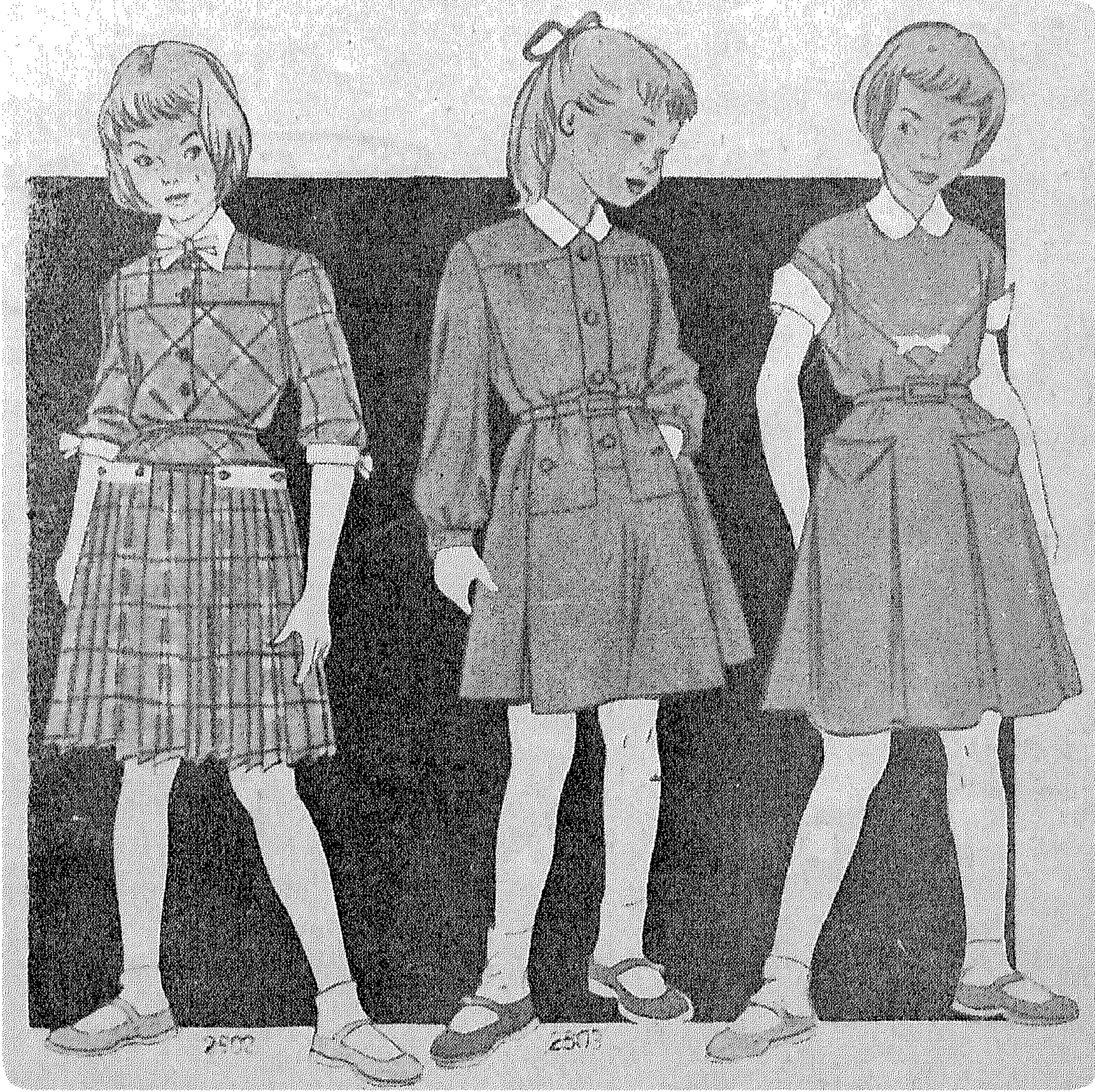


قبعا  
منع بالسيب

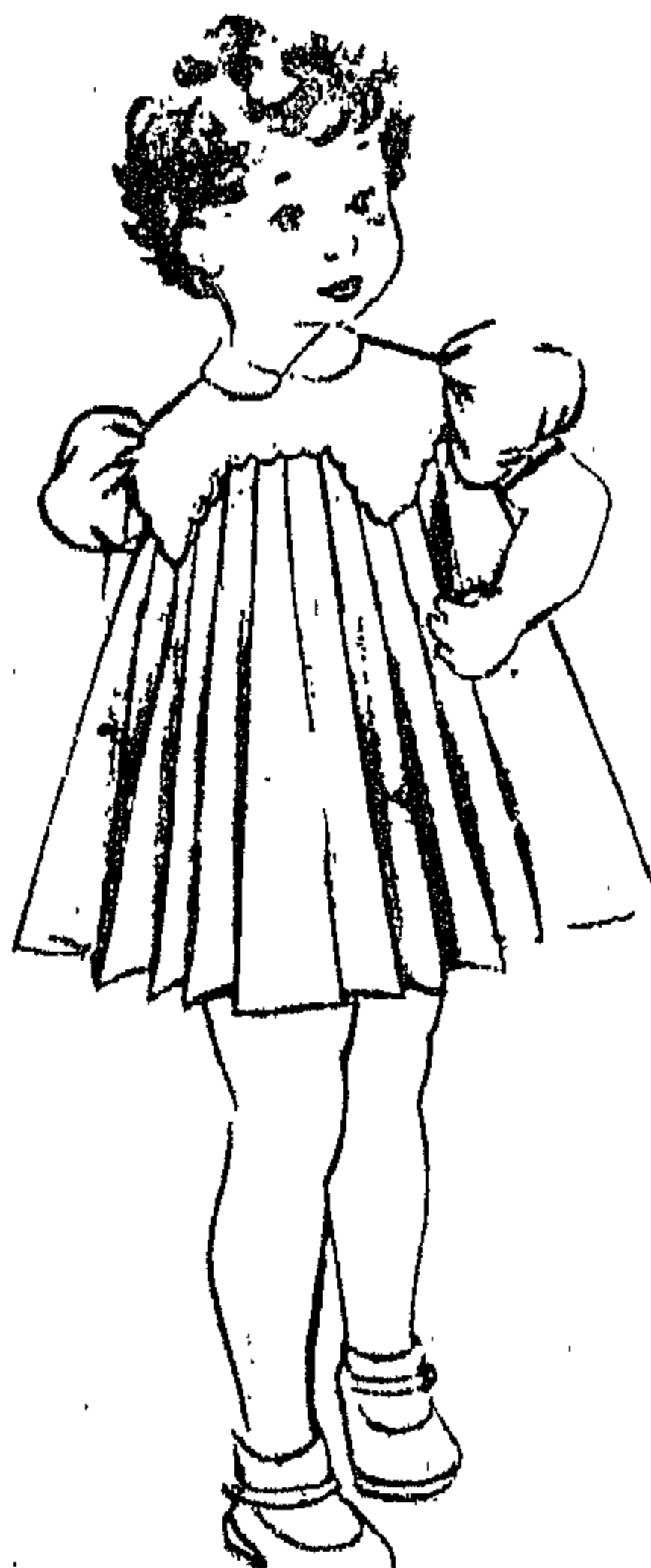




# هل فكرت في ملابس أطفالك؟



نعم . هل فكرت في ملابس أطفالك ؟  
 هل تشتري لطفلك ملابس جاهزة  
 أم أنك تفصيلينها لهم ؟ اننا نقدم  
 لك على هذه الصفحة خمسة موديلات  
 يمكنك عملها بأي نوع من القماش  
 كما يمكنك عملها بفساتينك القديمة .  
 انك لن تعثاري في اختيار الشوب  
 الجميل لان كل الثياب جميلة على  
 الاطفال . اختاري الاقمشة التي يمكن  
 غسلها واتركي في القماش براحة  
 لتكبير الفستان عندما يكبر الطفل .  
 وهو كما تعلمين ينمو بسرعة غريبة .









فستان مسواريه منفوخ  
من الوسط والديل حسب  
أحدث موديلات التفصيل





# حظك هذا شهر

من ٢١ مارس الى ٣١ منه :  
تنتظر بعض المفاجآت السارة  
النواحي العاطفية ممتازة . عوامل  
الغضب قليلة هذا الشهر .

من أول أبريل الى ١٠ منه :  
الجو لا يزال متقلبا . لا تصطدمي  
بأحد . وقللي ما أمكن فرص المناقشة  
ان أردت أن تمضي هذا الشهر على  
خير .

من ١١ أبريل الى ٢٠ منه :  
لا ترمي نقودك من النافذة .  
أنت في حاجة الى كل قرش لمشروع  
سوف يعود عليك بالربح الوفير .

من ٢١ أبريل الى ٣٠ منه :  
اياك والثرثرة وأخذ القرارات  
السريعة ان أردت أن لا تصابي  
بصدحات لا قبل لك بها .

من أول مايو الى ١٠ منه :  
ان صحتك في حاجة الى رقابه  
شديدة خاصة ان كان جسمك يتأثر  
من البرد وكنت عرضة للزكام .

من ١١ مايو الى ٢٠ منه :  
بعض الصعوبات المالية والعائلية  
سوف يؤثران على الناحية المعنوية .  
كوني قوية العزيمة .

من ٢١ مايو الى ٣١ منه :  
احترسي من الصغائر . ولا تنظري  
الى هذا الغزل على أنه حب دائم  
لا تكوني سريعة في تصرفاتك .

من أول يونيو الى ١٠ منه :  
النشاط ما زال على أشده .  
استغليه ان أردت الوصول الى  
الهدف الذي تشهدينه منذ زمن .

من ١١ يونيو الى ٢٢ منه :  
العقل في أوج نشاطه . ان  
المسعى الذي تقومين به سيدركه  
النجاح . سافري ان أردت .

من ٢٣ يونيو الى ٣٠ منه :  
ان الحلم الذي يداعبك لن  
يحقق بالسرعة التي تتخيلها .  
وعلى أي حال فان هذا الشهر هو  
شهر العمل والمشروعات .

من أول يوليو الى ١٠ منه :  
لا تناقشي أية مسألة شائكة الا  
ان كنت واثقة من أن أعصابك لن  
تثور وأن هدوءك سيتغلب .

من ١١ يوليو الى ٢٢ منه :  
يجب أن تكوني واقعية وأن  
تنظري الى الامور بالمنظار الحقيقي  
ان أردت تحقيق الحلم الذي تفكرين  
فيه .

من ٢٣ يوليو الى ٣١ منه :  
مفاجأة سارة في الناحية  
العاطفية . مكاسب كنت في  
انتظارها فتحققت . انه شهر سعيد  
من أول أغسطس الى ١٠ منه :  
ان الجرأة سبيل النجاح بشرط  
أن تعتصمي بالعقل وخاصة من جهة  
عملك . لا ترمقي نفسك .

من ٢٣ أغسطس الى ٣١ منه :  
المكاثبات والاسفار قد تكون ذات  
جدوى . أما الحب فانه غير موفق  
في هذا الشهر على الاقل .

من أول سبتمبر الى ١٠ منه :  
المسائل المادية موفقة . فانت من  
هذه الناحية سعيدة وسعيدة للغاية .  
أما النواحي الاخرى فانتظري .

من ١١ سبتمبر الى ٢٢ منه :  
استعداد مهني طيب . نجاح  
معنوي . وتأيد الاقارب والاصدقاء

من ٢٣ سبتمبر الى ٣٠ منه :  
شهر طيب جدا لقرار عاطفي .  
معارف جديدة وسرور يأتي عن  
طريق الصداقة .

من أول أكتوبر الى ١٠ منه :  
هذا النشاط الزائد عن حده  
يجب ألا يصل الى حد الارهاق .  
أنت مدفوعة في هذا الشهر الى  
السيطرة .

من ١١ أكتوبر الى ٢٣ منه :  
حظ ملتهب وخاصة في النواحي  
المالية . أما الاحلام فقد تتحقق وقد  
لا تتحقق .

من ٢٤ أكتوبر الى ٣١ منه :  
ان أول خطوة قد لا تكون خطوة  
سديدة . فكري ولا تلقى بنفسك  
في خضم الثرثرة التي ليس من  
ورائها الا الندم .

من أول نوفمبر الى ١٠ منه :  
تأثير طيب على الاعمال والاشغال  
والعلاقات المفيدة . انتهي الفرصة  
وحقق أهدافك .

من ١١ نوفمبر الى ٢٢ منه :  
اجلي المشروعات الهامة وخاصة  
العقارية منها ان لم تكوني قد  
توفرت على دراستها .

من ٢٣ نوفمبر الى ٣٠ منه :  
ان مسائل القلب حظها فوق  
المعتاد . ولكنك في حاجة الى بعض  
الجرأة لتصل الى ما تريدين .

من أول ديسمبر الى ١٠ منه :  
شهر ممتاز للاسفار أو للانتقال  
الى مسكن جديد . استبدلي جهدا  
جسمانيا غير عادي .

من ١١ ديسمبر الى ٢٠ منه :  
ان الحظ دائما معك ويؤيد  
مشروعاتك . اشياء جديدة في  
الافق يمكن أن تجني منها بعض  
الفائدة .

من ٢١ ديسمبر الى ٣١ منه :  
شهر طيب للمكاثبات والعقود  
الصغيرة . نشاط عقلي وجسماني  
يأتي بأحسن النتائج .

من أول يناير الى ١٠ منه :  
نجاحك في كل شيء عائد الى  
حسن تفكيرك وعلى مثابرتك في كل  
ما تقومين به من أعمال .

من ١١ يناير الى ٢٠ منه :  
لا توافق بسرعة على ما يقدم  
لك . لا ترتبتي بشيء أنت لاتعرفين  
ما سوف يتأتى عنه . بعض التعب .

من ٢١ يناير الى ٣١ منه :  
كوني منظمة في عملك . ولا تناقشي  
من حولك فيما لا جدوى فيه . كوني  
عملية . واجتدي عن الخيال .

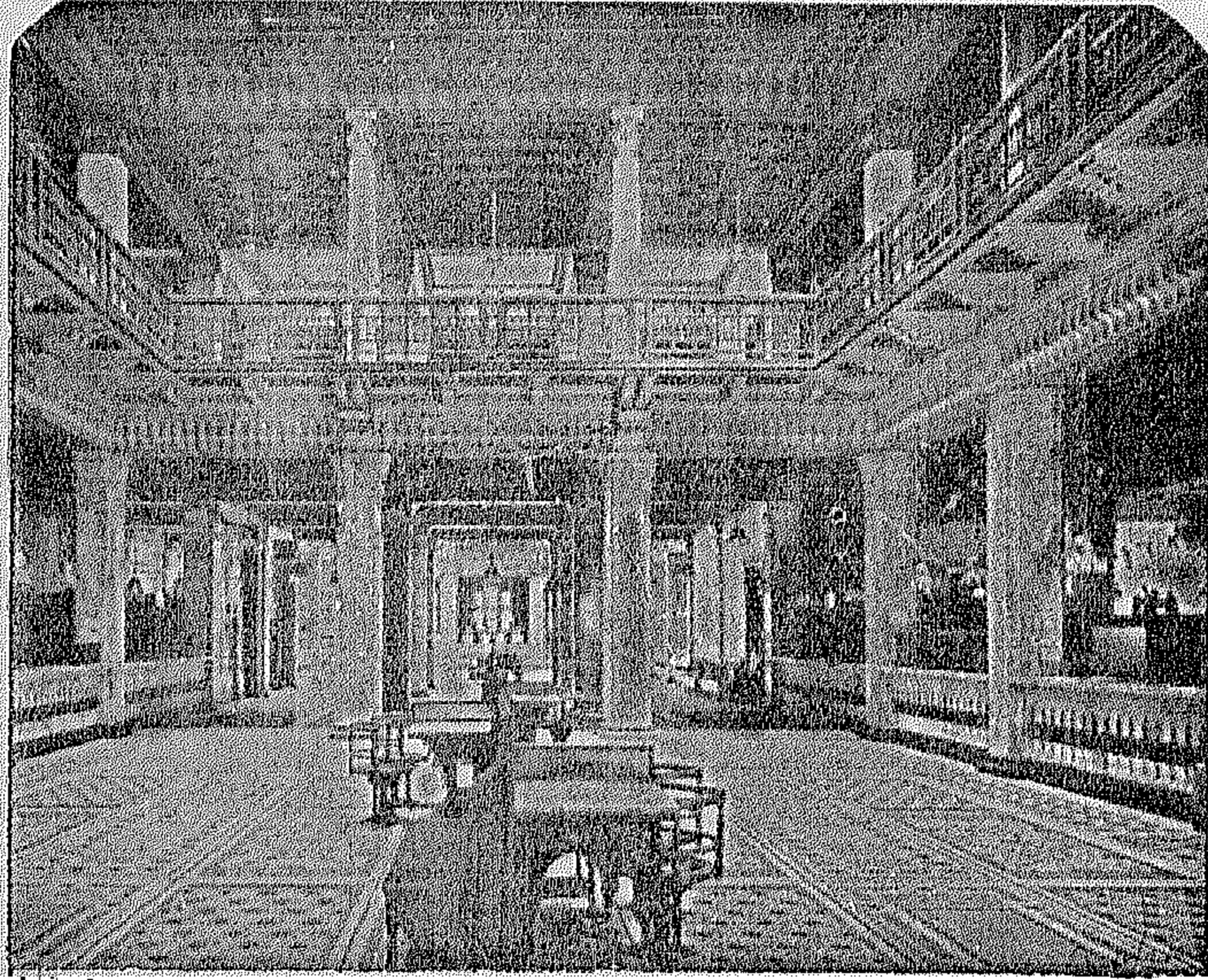
من أول فبراير الى ١٠ منه :  
ان أعصابك المرهقة في حاجة الى  
تغيير . في حاجة الى راحة . في  
حاجة الى سفر لبعض الوقت .

من ١١ فبراير الى ١٩ منه :  
أجل التغييرات الكبيرة . راقبي  
حالتك الصحية المتعبة . خطاب  
لطيف قد يصلك ويبدل كربتتك  
الى فرح .

من ٢٠ فبراير الى ٢٨ منه :  
جو عاطفي ثائر بعض الشيء .  
كثير من الحظ في العمل والاشياء  
التي في حاجة الى تفكير منتج .

من أول مارس الى ١٠ منه :  
شهر طيب لاعادة النظر في نظام  
العمل . مساعدة عائلية . اتفاق  
دائم .

من ١١ مارس الى ٢٠ منه :  
أنت تدخلين في فترة طابعها  
البناء وخاصة في الناحية المهنية .



من ش. م. ٢

**بنك مصر**  
البناء الذي رفعت العزة المصرية  
وعامتها في الاستقلال الاقتصادي  
مؤسس شركاتها القومية  
منشئ الصناعات الكبرى  
يشمل نشاطه كل الأعمال المصرفية  
فروعها بعواصم المديريات ومدنها الكبرى  
وكلاؤه ومراسلوه في كل بلاد الخارج .



## الأكمام

استعملى الأبرتين نمرة ١٣ وأبدئى  
ببما ٨٠ غرزة .

اشتغلى مضلع ١ ع - ١ م  
مساحة ٢ سنتى .

السطر التالى : ٧ غرزة مضلعة  
" زودى فى الغرزة التسالية -  
اشتغلى ٥ غرزة مضلعة " ١١ مرة -  
زودى فى الغرزة التالية - اشتغلى  
مضلع للآخر " ٩٢ غرزة " .

غيرى للأبرتين نمرة ١١ واستمرى  
حسب الموديل كالامام - زودى غرزة  
عند كل طرفى السطر الخامس وكل  
سطر خامس تال الى ان تصبح ١٠٤  
غرزة على الابرة . اشتغلى الفرز  
الانصافية بفرزة عادية .

استمرى على هذه الفرز حتى  
يصبح مقاس الشغل ١٢ر٥ سنتى  
من البداية .

كسمى للاعلى بأن تقفلى ٣ غرزة  
عند بداية السطور الستة التالية -  
نقصى غرزة عند طرفى كل سطر  
الى أن تبقى ٧٦ غرزة - كل سطر  
بعد سطر الى ان تبقى ٦٦ غرزة -  
ثم كل سطر ثالث تال الى ان تبقى  
٤٤ غرزة .

اقفلى ٦ غرزة عند بداية السطور  
الستة التالية .  
اقفلى .

اشتغلى كما آخر بنفس الطريقة .

## بشدة الرقبة

خيطى كتفى الامام والظهر .  
استعملى الأبرتين نمرة ١٣ وبوجه  
الشغل القطى ٨٧ غرزة حول الرقبة

اشتغلى الحافة المزخرفة كالآتى :

السطر ١ : م

السطر ٢ : ع

السطر ٣ : ١ م - × الصوف  
حول الابرة - ٢ م معا - كررى من  
× للآخر .

السطر ٤ : ع .

السطر ٥ : م .

اقفلى .

التركيب : اتركى الشغل المضلع  
وبظهر الشغل دبسى الاركان واكوى  
بمكواة ساخنة وقطعة قمم -  
مبللة . وبفرزة غير ظاهرة خيطى  
الجوانب وخياطات الكمين وركبى  
الكمين . اثنى بندة الرقبة على سطر  
الخروق ورتبها مكانها على ظهر  
الشغل . تبنى السوستة بفتحة  
الظهر . اكوى كل الخياطات .

غرزة فى كل من طرفى السطر السابع  
التالى وكل سطر ١٣ مثال الى ان  
تصبح على الابرة ١٣٨ غرزة واشتغلى  
الغرزة الانصافية بفرزة عادية .

استمرى على هذه الفرز الى ان  
يصبح مقاس الشغل ٣٢ سنتى من  
البداية .

كسمى لحردتى الباط بأن تقفلى  
٨ غرزة عند بداية السطرين التاليين  
- نقصى غرزة عند طرفى كل من  
السطر التالى وكل سطر بعد سطر  
الى ان تبقى ١٠٨ غرزة .

استمرى على هذه الفرز الى ان  
يصبح مقاس الشغل ٥ر٤ سنتى من  
بداية تكسيم حردتى الباط . وانتهى  
بحيث يكون وجه الشغل مواجهها  
لك عندما تشتغلين السطر التالى .

كسمى للرقبة كالآتى :

السطر التالى : ٤٤ غرزة حسب  
الموديل - اقفلى ٢٠ - اشتغلى حسب  
الموديل للآخر .

استمرى على كل مجموعة من ٤٤  
غرزة كالآتى :

نقصى غرزة عند حافة الرقبة  
على السطر التالى وكل سطر بعد  
سطر الى ان تبقى ٣٩ غرزة .

استمرى على هذه الفرز الى ان  
يصبح مقاس الشغل ١٧ر٥ سنتى  
من بداية تكسيم حردتى الباط .  
وانتهى عند حافة حردة الباط .

كسمى للكتف بأن تقفلى ١٣  
غرزة عند بداية السطر التالى وكل  
سطر بعد سطر الى ان يتم قفل  
كل الفرز .

## الظهر

اشتغلى كما اشتغلت للامام الى ان  
يتم شغل تكسيم حردتى الباط  
" ١٠٨ غرزة " .

استمرى على هذه الفرز الى ان  
يصبح مقاس الشغل ١/٤ ٨ سنتى  
من بداية تكسيم حردتى الباط وانتهى  
بحيث يكون وجه الشغل مواجهها لك  
عندما تشتغلين السطر التالى .

كسمى لفتحة الظهر كالآتى :

السطر التالى : ٥٤ غرزة حسب  
الموديل - دوى - واشتغلى غرزة  
عند الحافة الداخلية على كل سطر  
واستمرى على هذه الفرز الى ان  
يصبح مقاس الشغل كمقاس الامام  
حتى تكسيم الكتف . اقفلى .

اوصلى الصوف الى باقى الفرز  
وكملى ليكون كالنصف الاخير من  
الظهر .



# باقر مزخرف بفرزة الستة

السطر التالى : اشتغلى ١٠ غرزة  
مضلعة " زودى فى الغرزة التالية  
- ١٣ مضلع " ٧ مرات - زودى فى  
الغرزة التالية - مضلع للآخر " ١٢٨  
غرزة " .

غيرى الى الأبرتين نمرة ١١  
واستمرى حسب الموديل كالآتى :

السطر ١ : ٢ م - اسلتى  
غرزة - ١ ع - مررى عليها الغرزة  
المسلوطة - الصوف للامام - ٣ ع  
- الصوف للامام - ٢ ع معا - كررى  
من × الى اخر غرزتين - ٢ م .

السطر ٢ : ٢ ع - × ٧ م -  
٢ ع - كررى من × للآخر .

السطر ٣ : ٢ م - ٢ ع -  
الصوف للامام - اسلتى غرزة - ٢ ع  
معا - اسلتى عليهما الغرزة المسلوطة  
- الصوف للامام - ٢ ع - كررى  
من × الى اخر غرزتين - ٢ م .

السطر ٤ : كالسطر ٢ .

وهذه السطور الاربعة تكون  
الموديل .

استمرى حسب الموديل وزودى

المواد الاولى : ١٩٦ جرام  
( ٧ شل ) من صوف بيهاف  
فنجريج المصنوع بطريقة بيهاف  
المبتكرة لمقاومة الانكماش والتمدد -  
٣ فتل - ابرتان نمرة ١٣ و ابرتان  
نمرة ١١ ماركة بيهاف او كوين  
بى - سوستة ١٠ سنتى .

المقاسات : مقاس الصدر ٨٥ -  
٩٠ سنتى - الطول من اعلى الكتف  
٤٩ر٥ سنتى - طول خياطة الكم  
١٢ر٥ سنتى .

قوة الشد : ٨ غرزة و ١٠ سطور  
لكل سنتى ربع بفرزة عادية على  
ابرة نمرة ١١ .

الاصطلاحات : ع = غرزة معدولة .  
م = غرزة مقلوبة .

## الامام

استعملى الابرة نمرة ١١ وأبدئى  
١٢٠ غرزة - اشتغلى ١ ع و ١ م  
مضلع مساحة ٥ سنتى .

غيرى الى الأبرتين نمرة ١٣  
واستمرى فى شغل مضلع الى ان  
يصبح مقاس الشغل ٩ر٥ سنتى من  
البداية .



# شركة مصر للغزل والنسيج

مصرانها بالمحلة الكبرى

تنسج

جميع أصناف المنسوجات  
للستيدات والرجال  
بها تشكيلة كبيرة من  
الرسومات الحديثة  
ذات الألوان الثابتة

ضامات  
دابولانات  
طبوعات صرعى وصالى

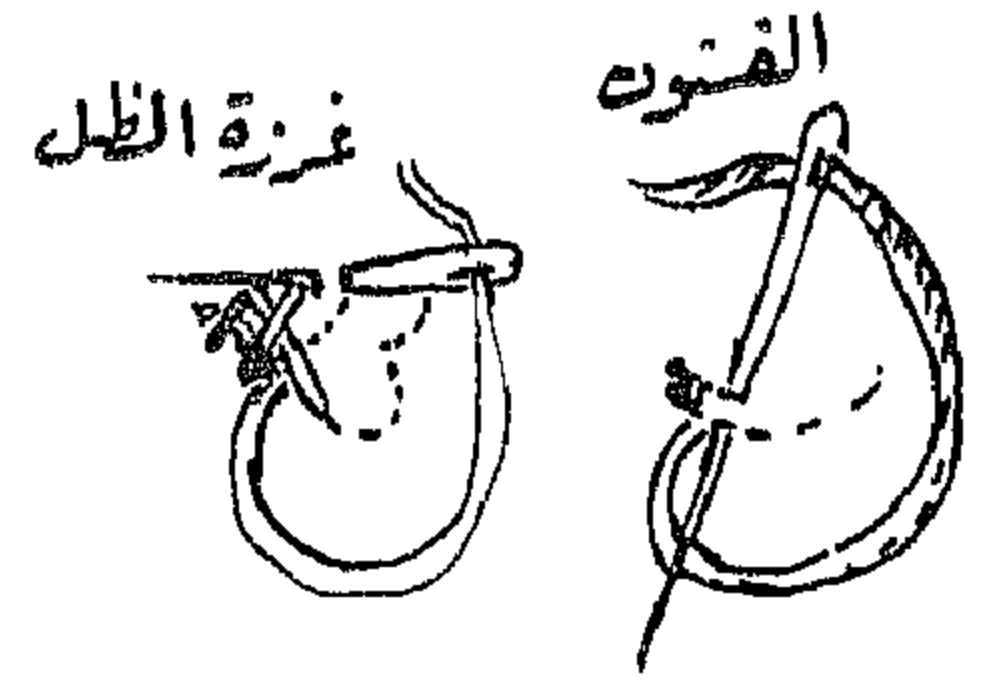


توجد فى جميع المحلات التجارية

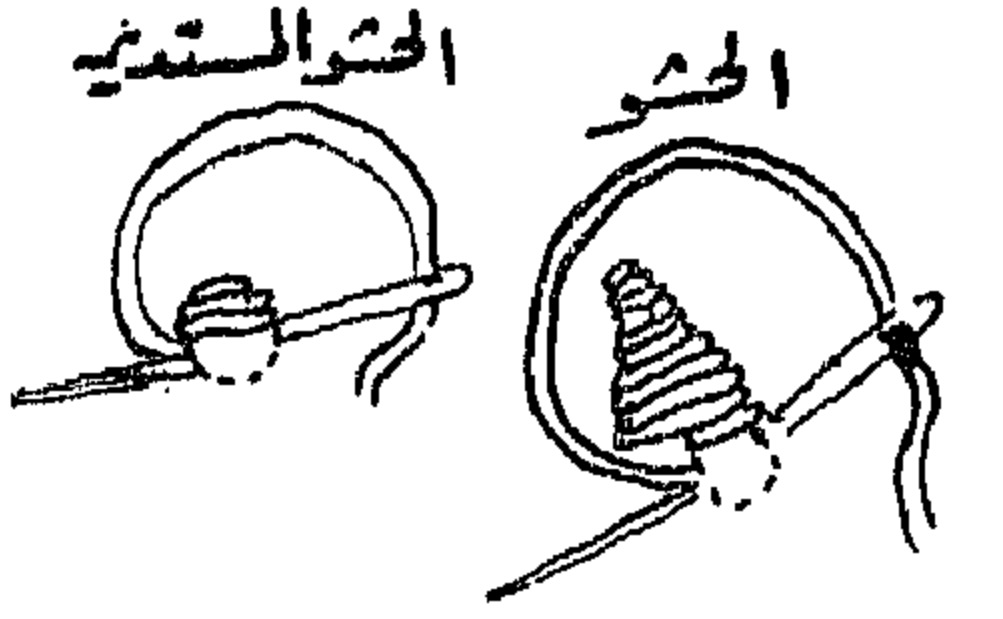
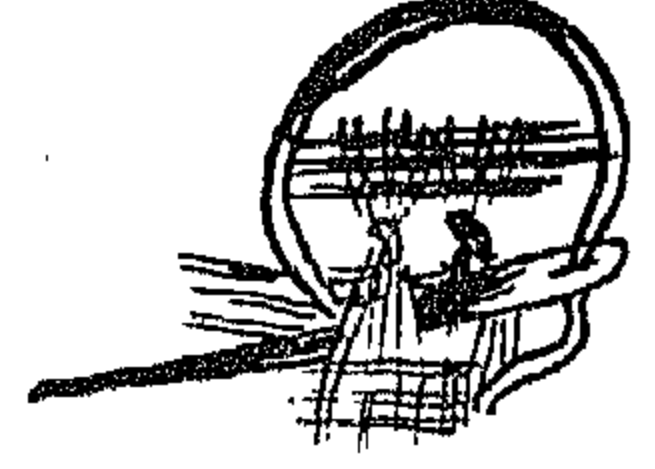


# مفرش ساك

- ما من سيدة الا ووجدت لديها الوقت والرغبة لاشغال الابرّة حتى ولو لم تكن ذات خبرة من قبل .
- فان اتبعت هذه الارشادات حصلت على ما تبغين :
- ١ - ينفذ هذا المفرش من قماش تيل رفيع لون أصفر « مشمشى » .
- ٢ - لون الخيط ونوعه : خيط برودريه أبيض . نمرة ٣٠ والغرز المستعملة في غرزة الفستون للحصاة والظل والحشو والفيل تريه للرسم .
- ٣ - مقاس المفرش : ١٢٥ سم × ١٢٥ سم .
- ٤ - مقاس القوطة : ٢٥ سم × ٢٥ سم .
- ابدئي بنقل الرسم المكبر للمفروش على ورق شفاف وكرري الرسم على الورق لتحصلي على رسم دائري يكون وسط المفروش ثم انقلي الرسم على المفروش بواسطة ورق كربون .
- اشتغلي الغرز المستعملة حسب الرسم واستعيني بالرسم التوضيحي للغرز الذي أمامك مع ملاحظة شغل غرزة الظل من الخلف .



الفستون



الحشو المتدرج

الحشو











ومن الافضل - عموما - ان يسير الطفل بقدمين عاريتين اذا كانت الارض التي يلعب عليها نظيفة لان تمرين عضلات القدمين يقويهما ..

وعلى كل حال فاذا قررت ان الاحذية ضرورية عندما يبدأ طفلك في المشي فاخترى تلك الاحذية التي تسمح لنمو قدميه واعتدال قامته ..

وهذه تحتاج الى ان يكون لها نعل متين ومرن يناسب شكل قدميه الذي يكون مستقيما من الداخل، والنعل يجب الا يكون بدون كعب ، كما يجب ان يكون خشنا بحيث لا ينزلق الطفل ..

واذا كانت الارض او الحذاء من النوع المنزلق فقد يخاف على الطفل من محاولته المشي عليها ..

وعند شراء الحذاء يجب ان يلاحظ ان يكون اطول من قدمه بسنتيمتر وأعرض بنصف سنتيمتر على الاقل ..

وافحصي قدمي طفلك كثيرا لترى اذا كانت هناك تخانة في الجلد أو احمرار أو بقع غامقة لان هذه قد تكون ناتجة من ضغط الحذاء ..

والشرابات القصيرة افضل من الطويلة ويجب ان يكون الشارب بعد غسله أطول من قدم الطفل بمقدار ٥ ر١ سنتيمتر على الاقل لان قدم الطفل تنمو سريعا ويجب ألا تكون اصابعه فوق بعضها داخل الشارب ..

أم مجربة

وهذا الرداء يجب ان تكون اكمامه واسعة بحيث يمكن ان يلبسه الطفل فسوق السويتر ، ويفضل المصنوع من قطعتين ، والبدل النايلون مناسبة جدا لانه يمكن غسلها وتجفيفها اثناء الليل ..

والملابس المصنوعة من التريكو تسمح للطفل بحرية في الحركة اثر من المصنوعة من القماش الصوفى ، ولكنها لا تدفئ كثيرا لان الهسواء قد يتخللها .. واذا اضيف اليها رداء خارجي من نسيج قطني خاص ليقاوم الرطوبة والهواء صارت نافعة جدا ..

وفي الجو البارد يحتاج الطفل لغطاء لرأسه من الصوف ، ولكن في الجو الدافئ الخفيف لا يحتاج الطفل لاي غطاء للرأس .. أما في الصيف اذا كان سيتعرض للشمس فلا بد من الاستعانة بقبعة خفيفة ..

ولننتقل الان الى حديث الاحذية والجوارب .. في الجو البارد - لا يحتاج الطفل الصغير الذي لا يزال ملفسوبا في البطاطين الى جوارب أو أحذية ..

وفي الصيف أيضا نجده لا يحتاج اليها الا حينما يبدأ الزحف ..

ويحسن ان يلبس الطفل قبل المشي أحذية خفيفة لينة تستعمل فقط لوقاية رجليه من الارض الصلبة أثناء الزحف ..

الخاصة .. والفساتين يجب ان تسمح بحرية الحركة وان تكون سهلة الارتداء والخلع ، سهلة الغسيل ، ولا يصح تزيينها بأى شئ يمكن ان يخدش جلد الطفل الرقيق .. وسواء ولد طفلك في الصيف أو في الشتاء فلن يحتاج للملابس خاصة للخروج لبضعة شهور غير بطاطين أو شيلان وفي الجو البارد عندما يستطيع الجلوس سيحتاج لبسولة لعب من الصوف او بالطور ، وهذه يجب ان تكون واسعة لان الملابس تكون اكثر دفئا اذا كانت واسعة بحيث تترك فراغا هوائيا حول الجسم ..

عندما يتعلم الطفل الزحف يحتاج عادة لحريه كبيرة لكي يتحرك على يديه وربتيه ، ويحاول القيام بالخطوات الاولى ..

والاوفر اول والبريتوز لا تعوق حركات الطفل كالفساتين .. وتتصل في هذا السن الملابس التي يمكن فردها لكيها او المصنوعة من قماش لا يحتاج للكي .. وبنطلون البيجاما يقي سيقان الطفل عندما يزحف على سطح خشن .. ويجب كثير من الامهات بأن يكون لذيهن فستان او اثنتين ولكل منها لباس صغير (سليبس) من لونه لاستعماله في المناسبات

# استعمل ديتول

المطهر  
العصري

عند لدغ  
الحشرات وتسحها  
وللوقاية من  
الأمراض

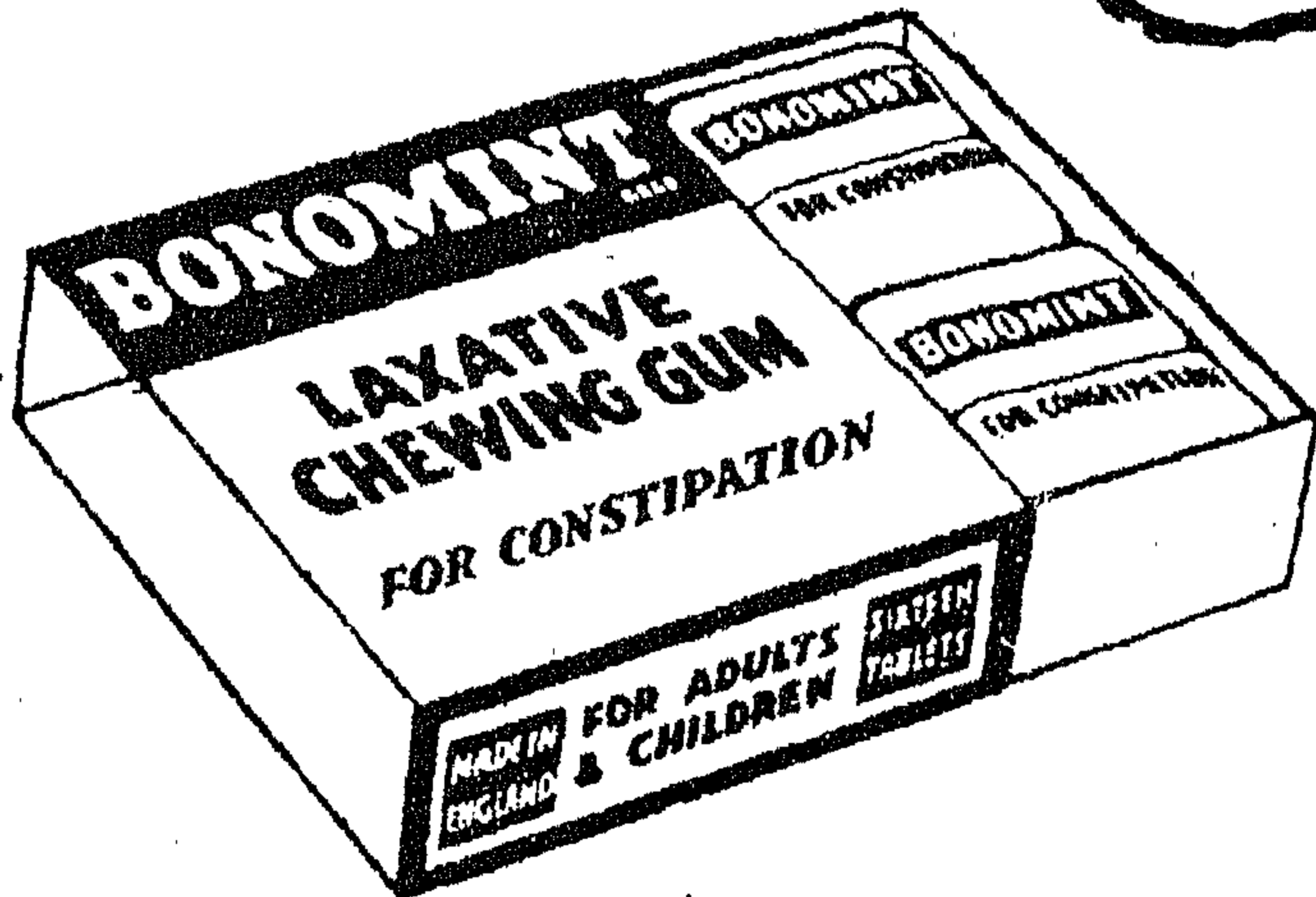


مبيد  
للجراثيم  
نظيف ، مأمون  
وراحته لطيفة



فمن ليلاكة واحدة...  
تخلصين من الإمساك باللبان الملين

بونومنت

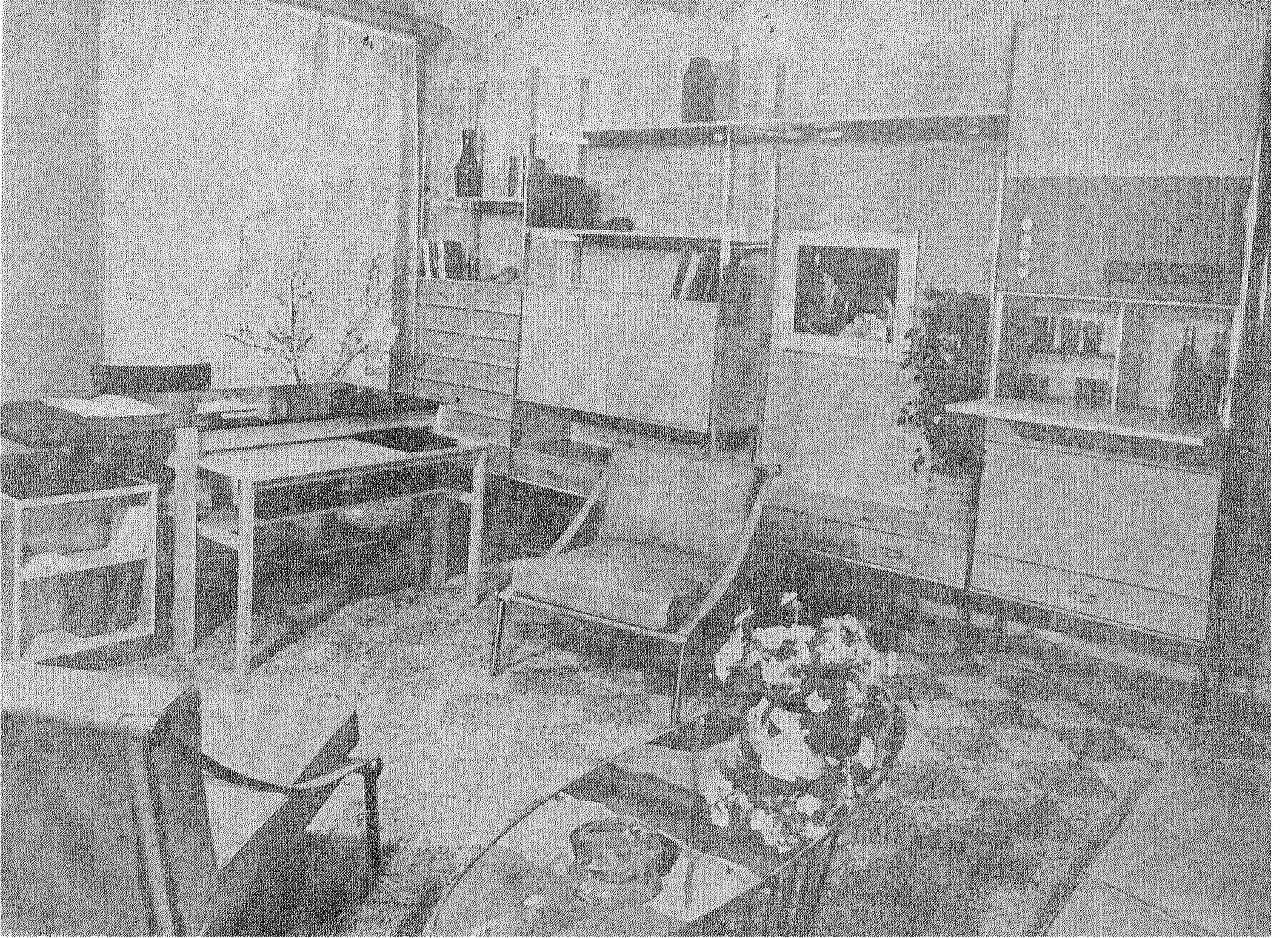


انك ترضين بونومنت مثل اللبان العادي.  
فتسرين بطعم النعناع النفس في فمك.  
وأثناء المضغ تخلصين العناصر الملية الموجودة  
فيه من اللعاب. وبذلك تخلصك من  
الإمساك بطريقة طبيعية للغاية..  
إنه الملين المفضل لدى الصغار والكبار

بونومنت

اللبان الملين ذوا النكهة المنعشة





حجرة جلوس عرضت في صالون التدبير المنزلى وهو معرض يقام فى باريس كل ستة أشهر • ويلاحظ أن الجلد يغطى كل المقاعد التى استعاضت عن القطن والسوست بوسائد الدانلوبيلو وكسيت بجلد البقر •

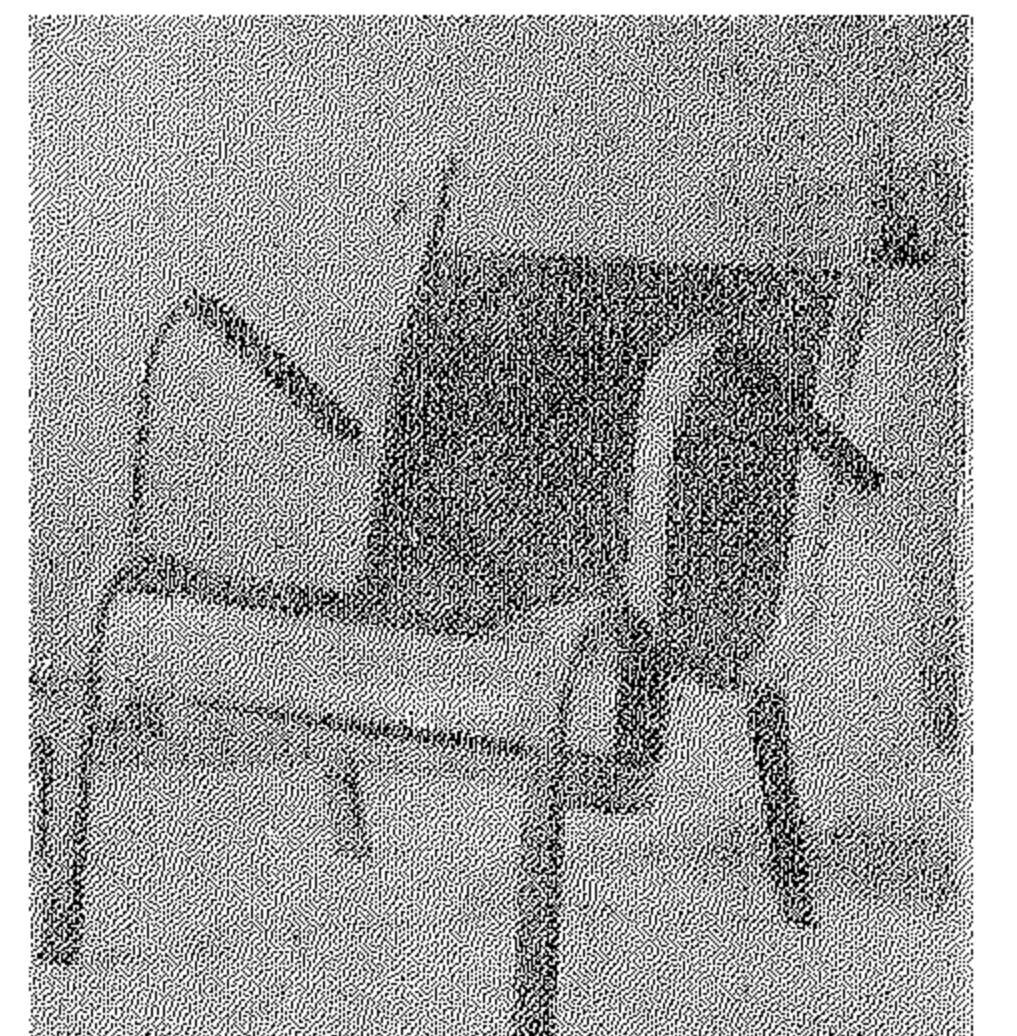
## الجلد من أفاقه الأثاث



هذا المقعد من طراز لويس الخامس عشر ، لقد كسى بجلد الخروف الاخضر ووشى بخيط رفيع من الذهب •



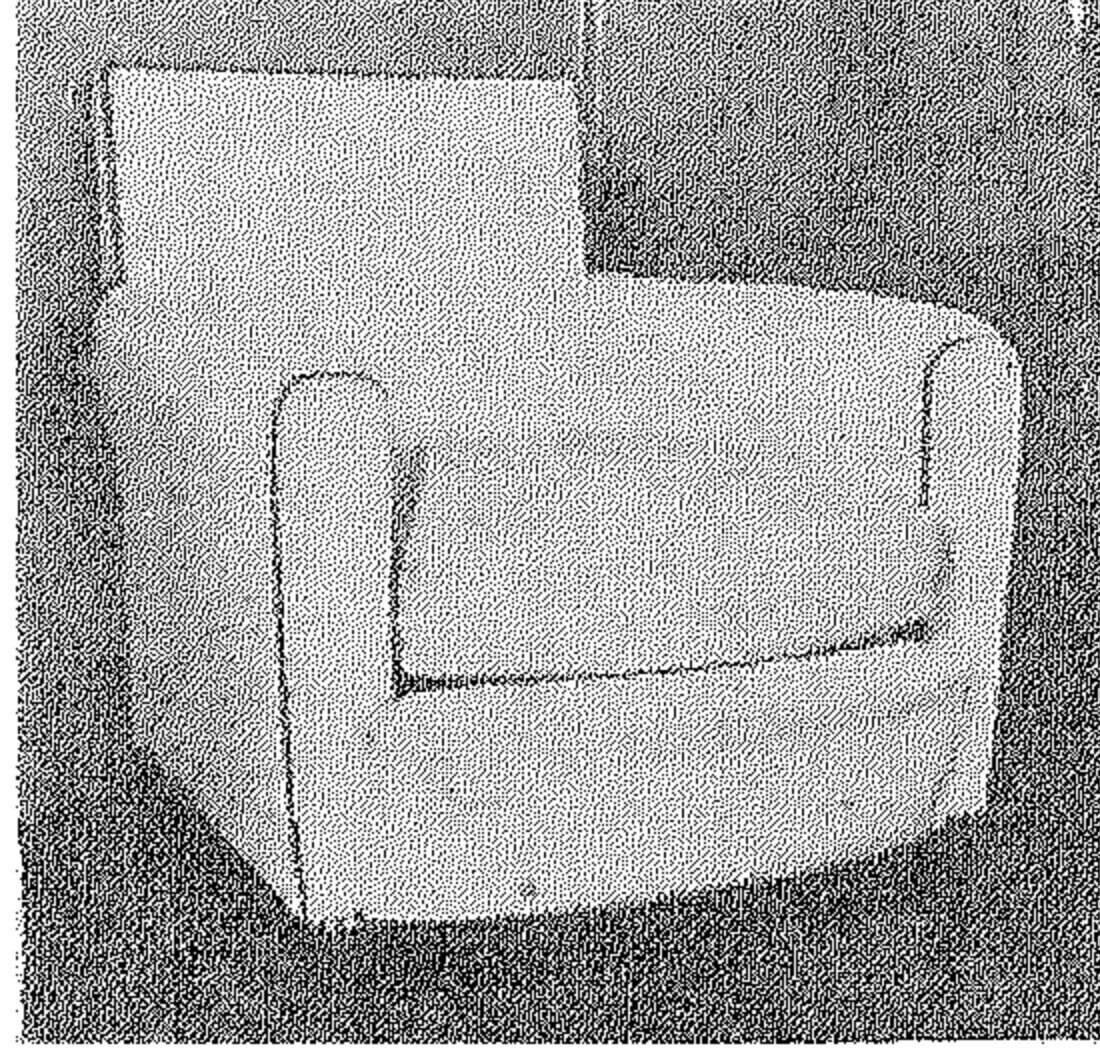
هذا الكرسي الذى يفرد ويطبق عند الطلب مكسو بالبوكس الأحمر المثبت بمسامير نحاسية



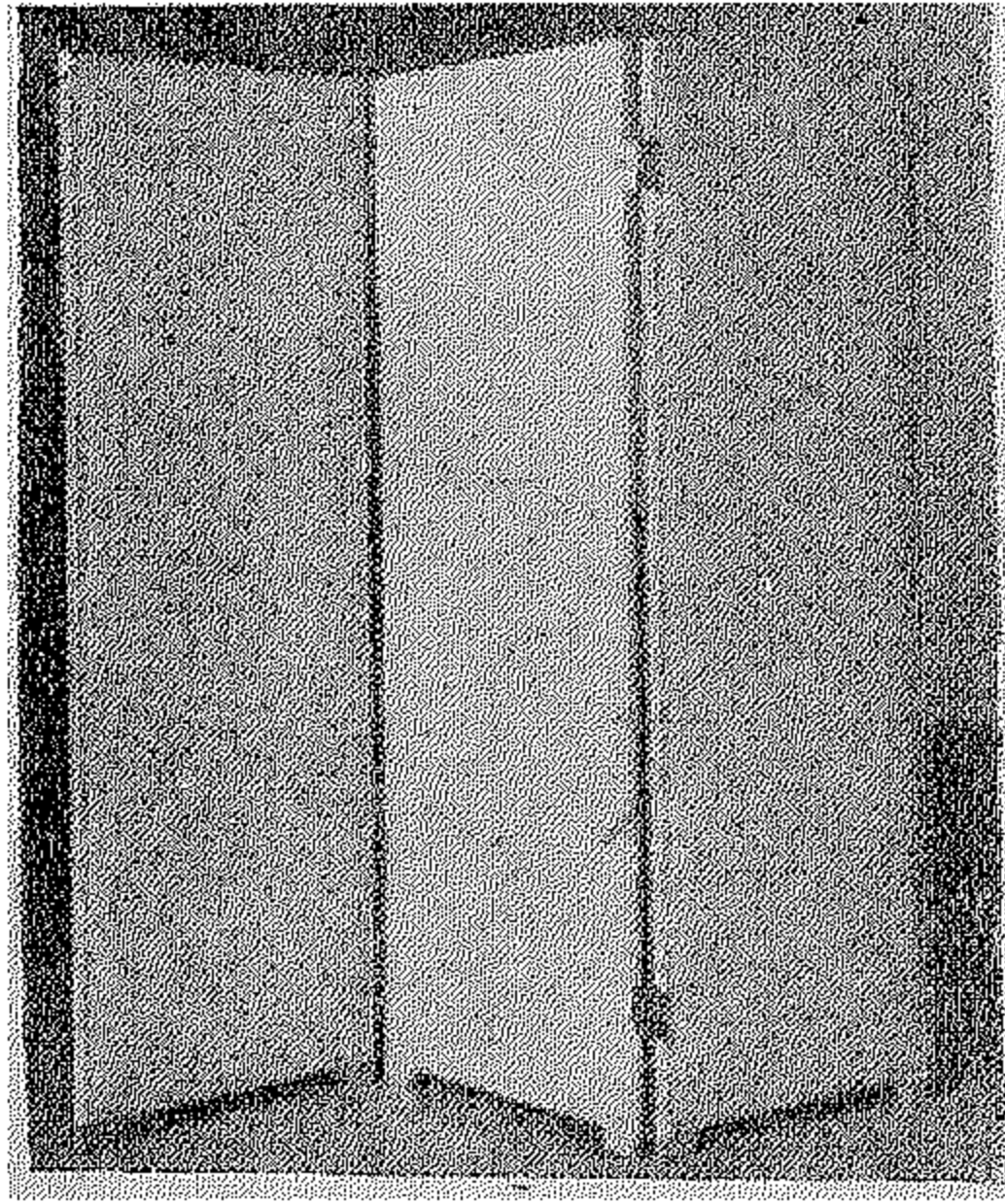
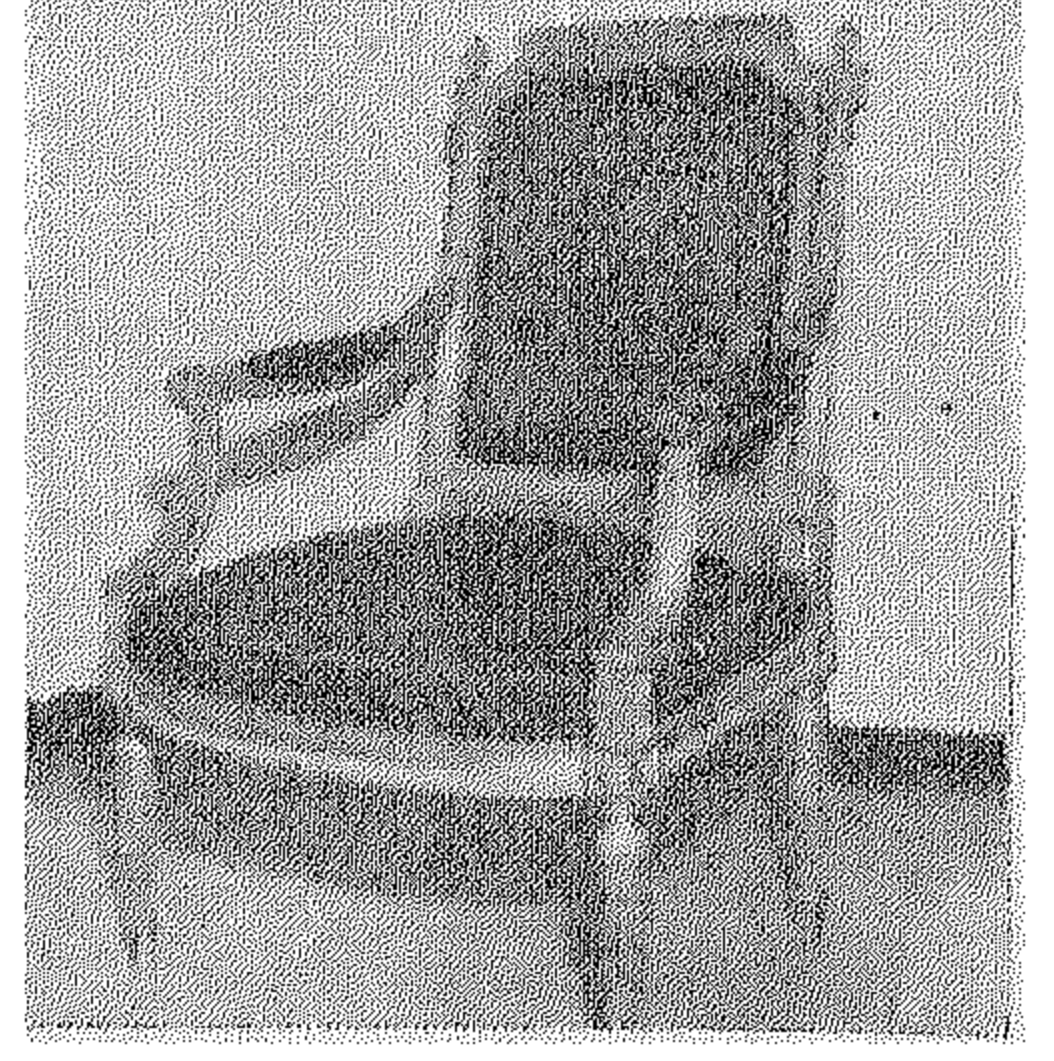
كرسي من الطراز الحديث مصنوع من الخشب والحديد المطروق ، ان كسوته من جلد البقر غاية فى المثانة •



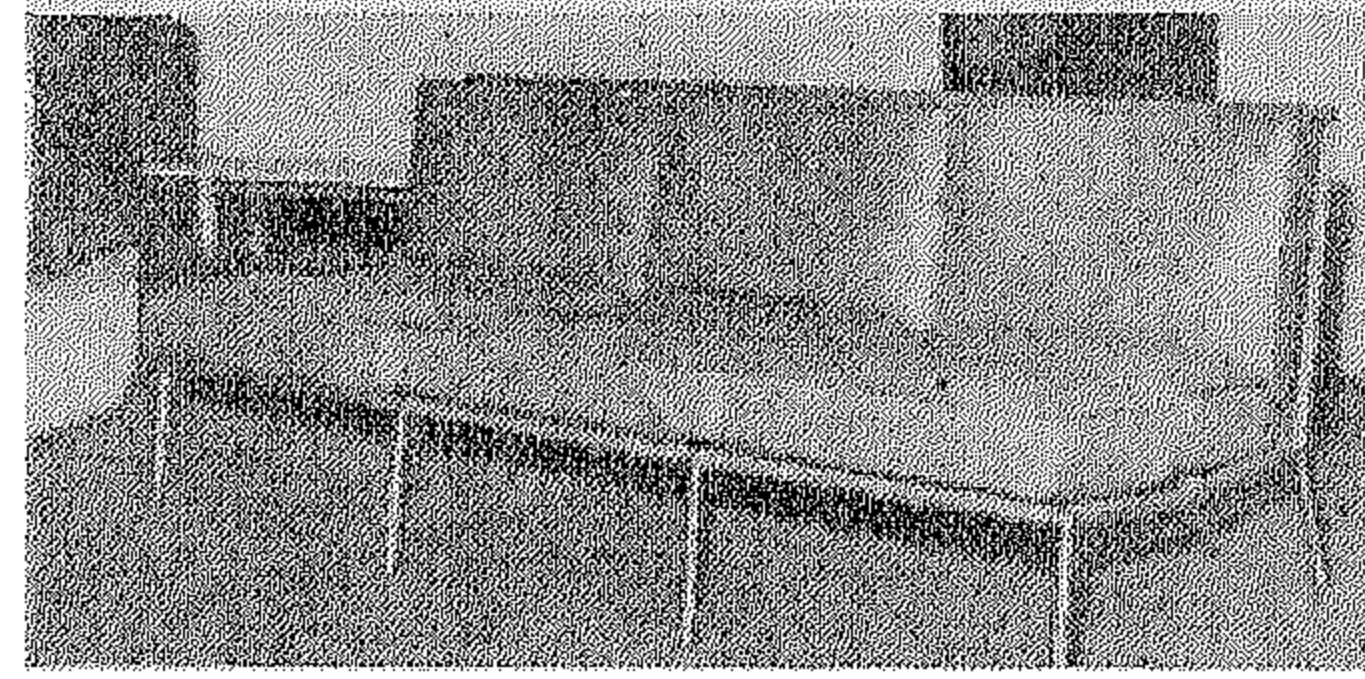
انه مقعد وثير من الجلد  
الاييض الصناعي الذي  
يمتاز عن الجلد العادى بأنه  
يغسل بالماء والصابون



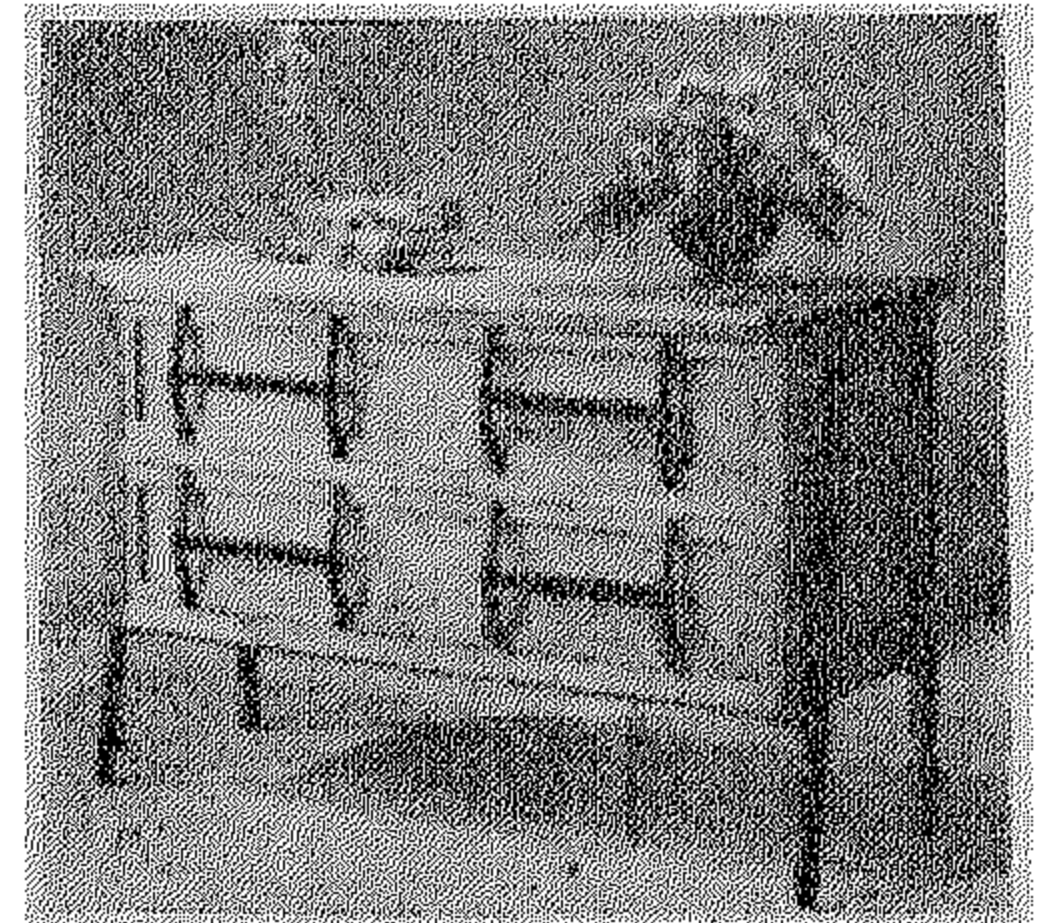
انه مقعد غاية فى الاناقة  
من طراز لويس السادس  
عشر • أما كسوته فمن  
الجلد الصناعي الاخضر •



لقد صنع هذا البرافان من  
مادة بلاستيكية لتقلد  
البرشمان ، طابعه البساطة •



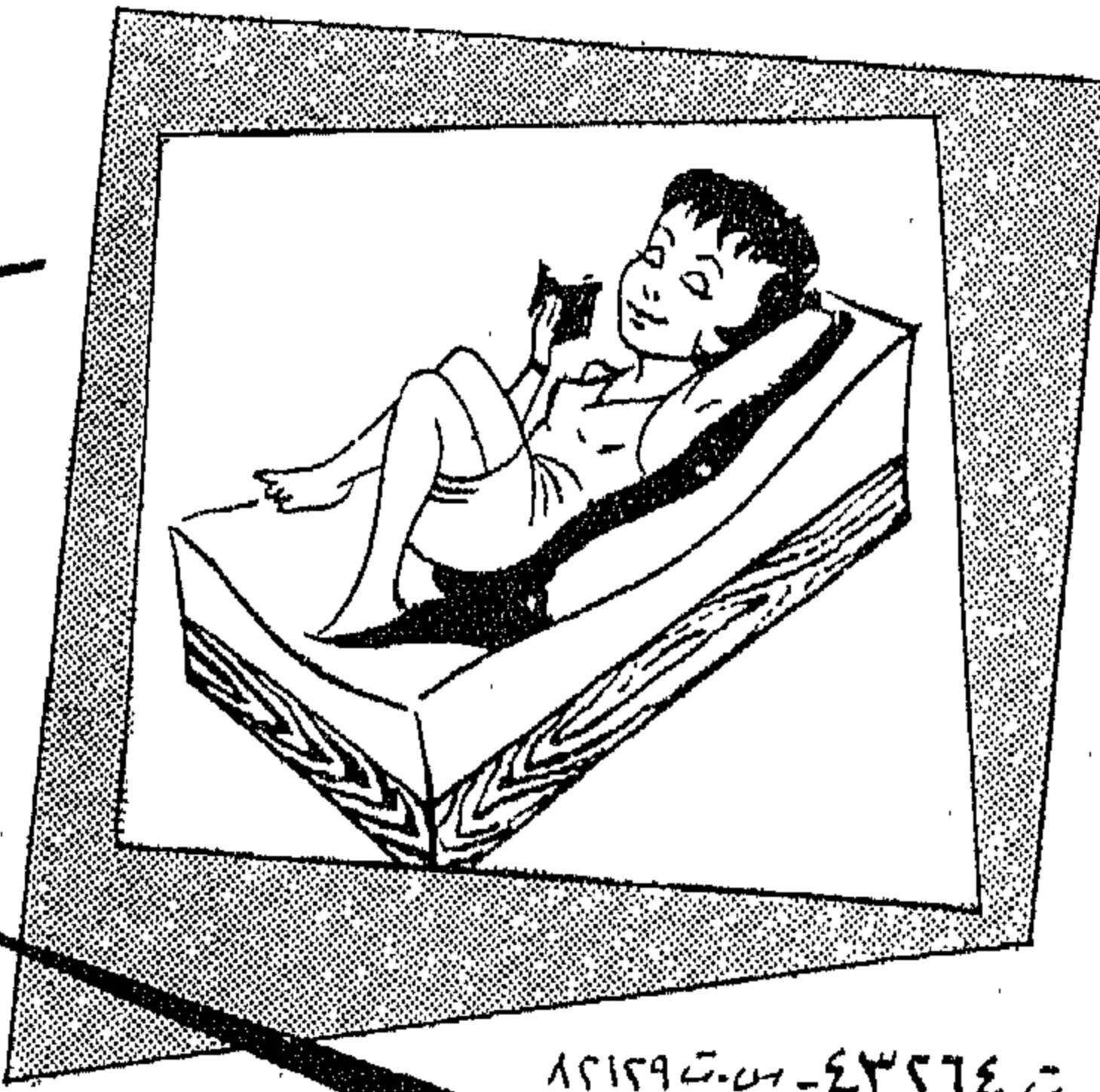
مقعد مريح جدا وبسيط للغاية • انه  
مكسو بوسائد من الجلد • ابتكار  
جاسكوان • ان هذا المقعد لا يحتاج الى  
تفاصيل • انه غاية فى البساطة والاناقة •  
وحبذا لو وضع فى حذاء حائط الغرفة  
الاطول • ان تنظيف هذا المقعد العريض  
لا يحتاج الى كثير عناء وانه كما ترين لا  
يحتاج الى كسوة تقيه الاتساخ •



وسوف تسأليننى ياسيدتى  
عن المكان الذى تضعينه فيه •  
ضعيه فى المكان الذى تشعرين  
أنه • ينسجم مع سائر أثاث  
الغرفة • لا تضعيه فى ركن  
بحيث لا يظهر منه الا بعض  
أجزائه • ضعيه على العكس  
من ذلك فى صدر الغرفة •



للنوم المريح  
مراية من  
الجوهرات  
"بيريللى"



٤٣٢٦٤ - ٥١٠٥١٢٩٨

PIRELLI

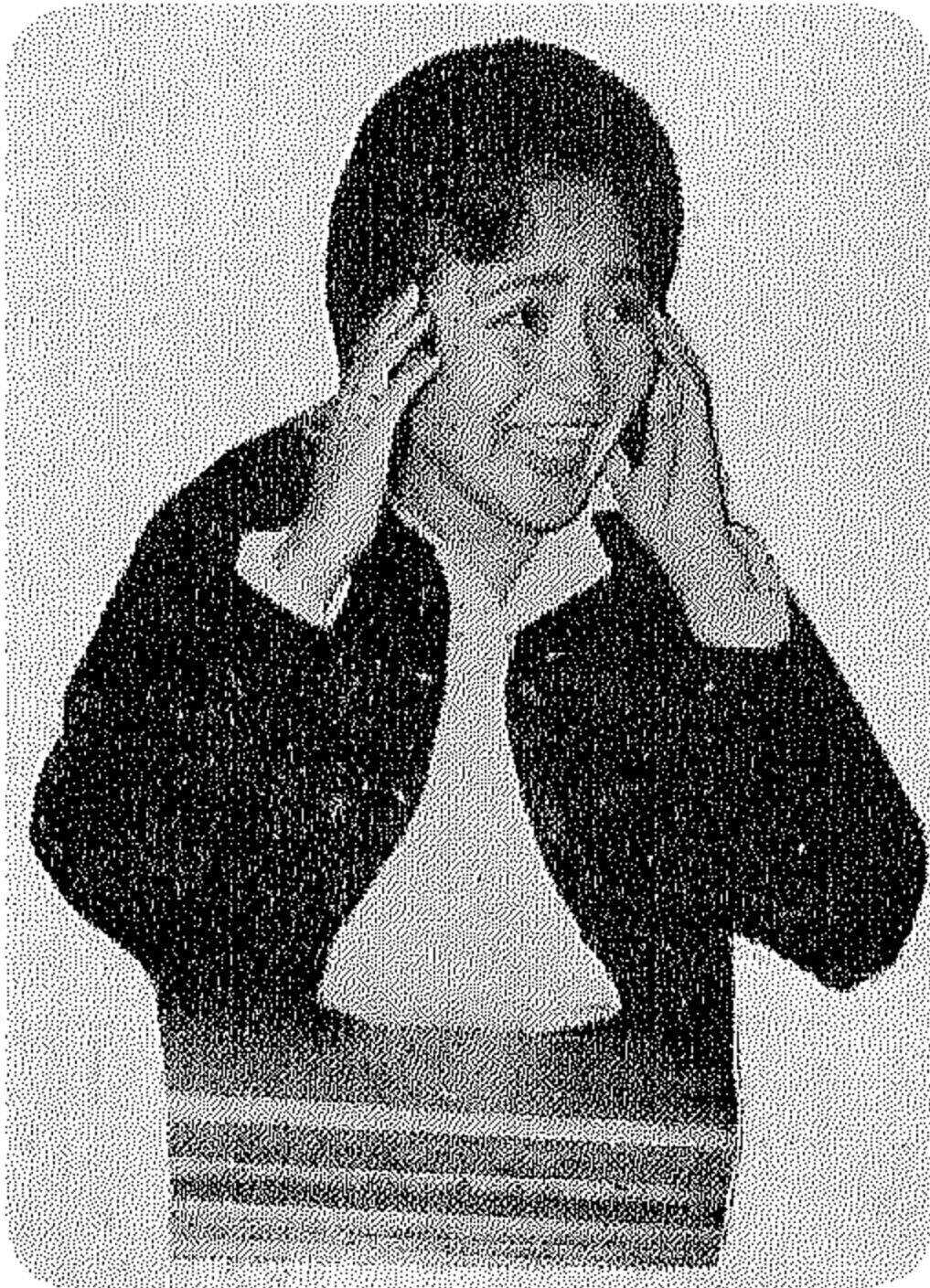
٣٥ شارع سليمان باشا - القاهرة



# عن صحفيات... المستقبل

لم توفق الى استخلاص أخبار هامة  
لسبب بسيط .. هو انها تنجبه  
دائما الى رئيس العمل في المكان  
الذي تقصده .. فلا تخرج من لديه  
بشيء .. سوى الامام بقصة حياته  
كاملة ..

أما خديجة قاسم .. فقد صرحت  
بأنها تدرس بقسم الصحافة  
للتوصل الى العمل كمديعة ..  
ونبهت خديجة قاسم تنهيدة



خديجة قاسم

حالة .. وهي تقول ان حلمي  
الوحيد .. الذي لا يفارق خيالي  
.. هو الاشتغال بالتلفزيون ..

وخديجة فتاة شرقية القدامت  
ذات عيني كحليتين ونعير  
سواد الليل .. انها تصلح بالفعل  
لوقوف أمام مرآة التلفزيون ..  
في أدوار .. ليلى العامرية

وهناك أيضا أنجيل جنيدى ..  
انها طالبة بالسنة الثانية وتعترم  
التخصص في العاملين القسامين  
بشعبة الادامة ..

والطالبة فايقة محمود تقول انها  
كافحت كثيرا حتى اتيح لها دخول  
قسم الصحافة .. فان أسرتها  
كانت تعارض بشدة في هذا  
الاختيار بحجة أن تقاليد الاسره  
لا تسمح .. « ببهولة فايقة في  
شغلة الصحافة » ..

ومع ذلك فقد استطاعت فايقة  
بمساعدة اشقائها الشبان ..  
الانتصار لرأيها واقناع والدها به  
.. وهي تميل للاشتغال بعبد

وقد كان في جعبي لهن كثير من  
من الاسئلة ولكنها راحت تتزايد  
تبعا لتزايد جو الحماسة التي  
أشعلتها في المكان ..

وما كدت أسأل احدهن عن  
الشخصيات الصحفية التي تتأثر بها  
حتى توالى على اجابتهن جميعا  
ممتعة ..

وقد تحمست كل منهن  
لشخصيتها الصحفية المفضلة ..

قلت : لتتولى احداكن اذا  
تسجيل الاجابة حسب ترتيب  
الاصوات التي تنالها كل شخصية  
اذا أردت أن تعتبره استفتاء ..

وجاءت اجابتهن هكذا :

فكري أباطة .. ككاتب شعبي  
احسان عبد القدوس : ككاتب  
قصصى ..

دريه شفيق : كصحفية ذات  
رسالة ..

امينة السعيد : ككاتبة اجتماعية  
أنجي رشدي : ككاتبة واقعية

خيرية خيرى : كمخبرة صحفية  
وكان على أن أحاول كشف مواهب

بعضهن في دنيا الصحافة .. قالت  
ناهة توفيق .. اني أحب المغامرة  
ومواجهة الاخطار .. وان أقصى  
أمانى أن أرسل يوما الى جبهة  
قتال .. أية جبهة لانقل الى قرائى  
أنباء المعارك من الصفوف الاولى ..

وقد فكرت في دراسة التصوير  
الصحفي لتكون رسالتى في الجبهة  
.. رسالة كاملة .. هذا الى اننى  
أجيد الجرى لمسافات طويلة ..  
وبذلك يمكننى أن أتابع تحركات  
الجيش على قدمى ..

وهنا .. انبرت لها زميلة معلقة  
بقولها : ولا تنسى أن الجرى يفيد  
أيضا في حالات الانسحاب ..

وناهة توفيق تؤهل نفسها الان  
للاشتغال بعد التخرج كمحررة  
فنية مؤقتا الى أن تتاح لها فرصة  
العمل كمحررة في خطوط النار ..

وهذه ناهة .. أخرى .. انها  
ناهة محمود .. وتقول انها تعبد  
نفسها للعمل كمخبرة صحفية ..  
وناهة محمود تتمرن منذ الان على  
جمع الاخبار لبعض الصحف ..  
ولكنها لم تخف على انها حتى الان

أوراقها .. وهي تقول ضاحكة ..  
دى أسرار المهنة يا زميلة ..

والان لنبدأ تعارفنا بهن بأخذ  
فكرة سريعة عن المواد التي تدرس  
لهن .. فطالبات السنة الاولى  
يدرسن مع زملائهن ..

لغة انجليزية وترجمة .. علم  
نفس .. تاريخ الحضارة الحديثة  
اداب الصحافة وتاريخها ..

## التحرير

وفي العام الماضي أى في أول  
عام لافتتاح قسم الصحافة كانت  
هذه القائمة تدرس لهن مضافا اليها  
دراسات لانظمة الحكم الموجودة في  
دول العالم ولكنها الفيت هذا  
العام ..

وأما طالبات السنة الثانية ..  
فمواد دراستهن تشمل :

فن الاذاعة - فن الدعاية والاعلان  
وسائل الانباء - جرائم النشر وما  
يدخل منها تحت طائلة قانون  
المقوبات - الصحافة والادب في  
مصر - التحرير بأنواعه - المقال -  
الخبر - النقد - الروبرتاج -  
الفرق بين الاسلوب الصحفي  
والاسلوب الادبى ..

هذه مواد الدراسة في السنتين  
الاولى والثانية .. أما مواد السنتين  
الثالثة والرابعة .. فانهما غير  
معلومة الان حيث لم يتم بعد  
افتتاح هاتين السنتين اللتين  
ستشملان مناهج التخصص للاذاعة  
.. او الصحافة ..

وخلاف هذه الدراسات النظرية  
.. تزاوّل الطالبات دراسات عملية  
في الصحف بالمساهمة في تحرير  
بعض أبوابها مثال باب « كل يوم »  
بجريدة الجمهورية .. وطبق اليوم  
في جريدة الاخبار الخ ..

وقد تقرر أخيرا أن يعهد الى  
طالبات وطلبة قسم الصحافة  
بإصدار جريدة جامعية باسم  
« صوت الجامعة » وهي جريدة  
اسبوعية تقول عنها الصحفيات  
المقبلات انها ستنافس أكبر الصحف  
الاسبوعية .. ويكفى أن تعلموا  
أن سكوتارية تحرير « صسوت  
الجامعة » سيعهد بها الى ستة  
من طالبات وطلبة الصحافة دفعة  
واحدة .. يكفى أن تعلموا ذلك  
لأن دوروا مدى ضخامة المشروع

تعالوا معى اذا في هذه الجولة  
للتعرف الى صحفيات الفيد  
المشرق لوطنكم .. اننا الان في  
احد مدرجات كلية اداب جامعة  
القاهرة .. ورغم ان مؤسس  
محاضرات اليوم لقسم الصحافة  
بالكلية ما زال باقيا عليه ثلاث  
ساعات .. الا اننا استطعنا أن  
نلتقى بعشرات من طالبات الصحافة  
ما بين صفحات الكتب في المكتبة  
الجامعية .. وبين حلقات المناقشة  
في مقصف الكلية .. وثمة عدد  
آخر من الطالبات .. كن يختلن  
بأنفسهن في المدرجات الخالية ..  
بهنمكات في تسجيل بعض الاخبار  
والمواد الصحفية الاخرى التي  
يشتركن بها في تحرير بعض  
الصحف المصرية من باب التمرين  
العملى ..

لقد كنت أريد أن أقدم لكم  
قارئات وقراء بنت النيل - نموذجا  
مما يحورن .. ولكنهن كن أكثر  
منى لباقة .. فقد رفعت احدهن  
يدها محذرة من الاقتراب من



ناهة توفيق





فايزة محمود

الصحفية .. لا تنقصن ..  
فالتصرف اللبق .. والخاطر السريع  
هما في مقدمة الصفات المطلوبة  
توفرها .. في صحفيات المستقبل  
سعاد زهير

فقد أجمعن على أن المرأة تملك  
مؤهلات طبيعية وامكانيات واسعة  
تؤهلها للنجاح في العمل الصحفي  
بل والحصول على قصب السبق  
دون الرجال لو عرفت الصحفية  
كيف تسخر كل امكانياتها في  
خدمة صاحبة الجلالة الصحافة .

وعدت أضيق عليهن الخناق ..  
فقلت أجد بينكن واحدة تستطيع  
أن تؤكد قدرتها على تحمل مسؤولية  
اصدار جريدة بدون معاونة أحد  
وبعد أن طالت مشاوراتهن لبعضهن  
لتحديد الإجابة .. تولت الطالبة  
زينب صالح الإجابة باليابة عنهن  
فحاولت في لباقة أن تقنعني بأن  
كلا منهن ستكون على أتم استعداد  
لتحمل هذه المسؤولية بمفردها ..  
ولكن على الجمهور أن يمهلهن  
عامين فقط .. يتمن خلالها  
دراستهن .. فالمسؤوليات في رأيها  
.. شيء خطير يجب أن يقوم على  
أساس قوى من الثقافة والتجربة  
.. وهن ما زلن بعد رهن الدرس  
والتحصيل ..

وقلت .. لقد استطعت على  
الاقل أن تقنعيني .. بأن اللباقة

وقالت فايزة محمود .. فانسك  
أن تسأل ماذا أفعل لو فشلت في  
الحصول على خبر كلفتني بسبه  
الجريدة ؟

ووجدت انه فعلا سؤال مثير ..  
فقلت .. صحيح ماذا تفعلين في  
هذه الحالة .. وفوجئت بالصحفية  
الشابة ترفع يديها الى وجهها  
بالتدليل وهي تقول :

.. ماذا أفعل .. سأذهب الى  
رئيس التحرير وأبكي له منسذرة  
عن فشلي ..

ولما رأتني أسجل تصريحها  
الخطير .. أرادت أن تمكربى ..  
فصرخت قائلة .. لقد أردت فقط  
أن أدعك تنهين زيارتك لنا نهاية  
طريفة .. فهذه هي النهاية المفضلة  
في أسلوبى .. ولو اضطررت الى  
أن أجعل من شخصي كبش الفداء  
فيها ..

وقد كان السؤال الذي فاز  
باجماع أصواتهن هو :

.. هل العمل لصحفى أنسب  
للفتاة او للرجل ؟

النحرج في الادب .. كورينة  
لمدرسة طه حسين ..

ويبدو ان نية طالبات الصحافة  
مبينة لاحتلال جميع المقاعد في  
عالم الصحافة .. فقد أصرت زينب  
صادق .. على اختيار باب الرياضة  
ليكون مجال عملها الصحفي المنتظر  
.. وبذلك ستكون زينب أول  
محررة رياضية تنتمى للجنس  
الناعم في مصر ..

أما فايزة حسن فقد اختارت  
الروبرتاج لعملها .. وهي تعد  
أهم أركان الصحافة الحديثة ..

وطلب من احدهن أن تشمل  
أسئلتى نوجيه سؤال في الذكاء  
الصحفى .. قلت .. اذا فلتفكر  
كل منكن في السؤال الذى فاتنى  
في ذلك الموضوع ؟

قالت .. فأنك أن تسألنا عن  
الباب الذى نفضله في صحفنا ؟

وقالت ناهد محمود .. فأنك  
أن تسأل عن استعدادنا لعقد  
صلوات اجتماعية لتسهيل رسالتنا  
الصحفية ؟



ناهد محمود وناهد توفيق وخديجة ناسم وانجيل جندى واخريات  
يطالعن مجلة « بنت النيل » في شغف واقبال



# المطبخ والمائدة

## الطريقة :

قشري الخرشوف من أوراقه السميكة الخارجية وقشريه من الجوانب حتى يصير كالكأس ثم قطعي جزءا من أطرافه وقوريه من الداخل ثم ضعي كل واحدة بعد تنظيفها في ماء وعصير ليمون حتى يسود لونها .

اسلقي الخرشوف المقشر في ماء مغلي مضاف اليه عصير ليمون نصف سواء ثم ينشل من ماء السليق ويترك ليبرد .  
اعمل الخلطة - وذلك بأن تحمري البصلة بعد فرمها رفيعا في السمن حتى يصفر لونها فيضاف لها الفلفل والبهار وعصير الطماطم وغطي الاناء واتركيها على النار حتى تنضج الطماطم وتتسبك .

أضيفي الماء والملح واتركيه يغلي ثم أضيفي الارز بعد غسله ويترك على النار الهادئة حتى يتشرب الماء مع ملاحظة أن يكون الارز قد نضج نصف سواء لا أكثر - ثم قلبى فيه اللحم المفروم واتركيه يبرد .

يحتش الخرشوف بالارز مع ملاحظة عدم ملئها كثيرا - ثم تلف كل واحدة بقطعة من ورق الزبدة بعد بلها قليلا بالماء .  
افرمي بصلة كبيرة فرما رفيعا ثم قشري الجزرة وقطعيها حلقات رفيعة وتخلط مع البصلة المفرومة وتوضع في قاع الحلة ومعها ملعقة سمن ثم يرص الخرشوف .

يرفع فوق نار هادئة مع اضافة قليل من الماء المغلي وغطي الاناء ويترك حتى يتم نضج الخلطة والخرشوف .

عند التقديم ينزع الخرشوف من الورق ويرص في طبق مسطح ويصب حوله جزء من الصلصة المتخلفة من الطهي ويقدم ساخنا .

## مرحمة شامى باليخنى

## المقادير :

نصف أقة حمص شامى صحيح - رطل لحم - ٢ بصلة  
متوسطة الحجم - قليل من الثوم - نصف رطل طماطم -  
ملح وفلفل .

## الطريقة :

١ - اغسلي الحمص وانقعيه في ماء بارد لمدة ١٢ ساعة ثم يصفى من ماء النقع واسلقيه في ماء مغلي نصف نضج أو حتى يسهل نزع قشرته .

٢ - صفى الحمص من ماء السليق ويقشر من قشرته الخارجية .

٣ - قطعي اللحم الى قطع صغيرة مناسبة كما في كباب الحلة واغسليها .

## الخرشوف المحشو بالارز

## المقادير :

وحدات من الخرشوف حسب الرغبة - نصف كوب أرز  
نصف رطل لحم مفروم - بصلة - سمن - قطعة كرفس -  
جزره - ربع رطل طماطم - ٢ حزمة مقدونس - ملح وفلفل  
وبهار - عصير ليمون - نصف كوب ماء .

## تنفرد ايداك بتقديم



٧٧ قدم مكتب - تسام بمقتاعدين

تلاجة كهربائية من ستري  
عالمى بمن في متناول الجميع

التلاجة **ايداك** الكهربائية

مجموعة برفيس من مركب بولانية  
مجهزة بمحرك بوش، الصامت  
شهرى ٥ جنيهات  
مصنوعة ٥ سنوات

التلاجة ٨ شارع ٢١ بولس - ٣٨ شارع عدنان  
١٦ شارع عماد الدين - ٣٢ شارع شمس  
الاسكندرية ٣٢ شارع شريف - ٥٢ شارع صفية زعلول  
٥٩ هكربق سعد زعلول - طنطا  
البحيرة - بلقاس - بورسعيد - الاسكندرية - المنيا - السويس - اسوط

انتبه فرم بريك لاف  
ساعات ايداك شافرة  
السلامة الكهربائية الجيدة  
٥٧ قدم مكتب

Fa 8-30



- ٤ - افرمى البصل فرما رقيقا ثم حمريه فى السمن حتى يصفر لونه ثم اضيفى اليه قطع اللحم وتقلب وعند قرب التحمير اضيفى الثوم ويقلب حتى يتم تحميره .
- ٥ - اضيفى الطماطم المصفاة وتترك على نار هادئة حتى يتم تسبيكها فيضاف لها كمية من الماء والملح والفلفل وتترك حتى تغلى وتقرب اللحم من النضج .
- ٦ - اضيفى الحمص المسلوق وغطى الاناء واتركيه فوق النار الهادئة حتى يتم النضج ويتسبك الحمص .
- ٧ - عند التقديم يغرف فى طبق صينى عميق ويقسّم ساخنا .

## كعكة البرتقال

### المقادير :

ربع رطل زبدة - ٥ ( ملاعق شوربة ) سكر - ٦ ملاعق شوربة دقيق - ٣ بيضات - ٢ ملعقة كبيرة عصير برتقال - قليل من بشر قشر البرتقال - ٢ ملعقة صغيرة خميرة بيكنج باودر .

### الطريقة :

- ١ - اضربى الزبدة مع السكر ضربا جيدا حتى تصير هشّة وضعيفة كالريمة .
- ٢ - افصلي صفار البيض عن الزلال ثم اضيفى صفار البيض الى مزيج الزبدة والسكر . واضربيهما جيدا حتى يختلط المزيج .
- ٣ - انخلي الدقيق واطفي اليه الخميرة ثم يضاف تدريجيا الى الخليط السابق ثم اضيفى عصير البرتقال والبشر وامزجى الجميع جيدا .
- ٤ - اضربى زلال البيض فى طبق مسطح بالشوكة حتى يصير كالصابون ثم اضيفيه بخفة جيدا الى العجينة مع تقلبيه بخفة .
- ٥ - ادهنى صينيتين بالسمن ورشيهما بالدقيق ثم صبى فيهما العجينة بالتساوى .
- ٦ - تخبز فى فرن متوسط الحرارة حتى تنضج ثم اتركيهما تبرّد على منخل سلك ثم ضعى الكعكتين فوق بعضهما وبينهما حشو البرتقال الاتى :
- (١) ضعى على ملاعق الشوربة سكر ناعم جدا مع ١/٢ ٤ أوقية زبدة ويضربا معا ضربا جيدا حتى تصير هشّة كالريمة ثم اضيفى اليها ملعقة من عصير البرتقال المصفى ونصف ملعقة صغيرة من مبشور قشر البرتقال وامزجى الجميع جيدا ثم ضعى الحشو بين الكعكتين .
- ٧ - ضعى نصف رطل سكر بودرة ناعم جدا منخول مع ٢ ملعقة شوربة عصير برتقال مصفى فى حلة وارفعيه على نار هادئة جدا حتى يتحلل السكر ويصير دافئا بدرجة خفيفة ويصير سمكه كافيا لتغطية ظهر الملعقة ثم يرفع من على النار ويترك ليهدأ .
- ٨ - يصب المخلوط السابق فوق الكعكة المحشوة السابقة وتترك حتى تجف حلوى التغطية وعند التقديم توضع فوق طبق مسطح مفروش بورقة دانتيل وتقسّم للشساى .

## طماط فى فبراير



الاربعاء أول فبراير  
سبانخ مكمورة ، أرز مفلفل ،  
مخلل ، فاكهة



الخميس ٢ فبراير  
بازلاء خضراء مكمورة ، أرز  
مفلفل ، سلطة خضار ،  
فاكهة



الجمعة ٣ فبراير  
كرنب محشوّ ، بطاطس  
مكمورة ، سلطة خضار ،  
فاكهة



السبت ٤ فبراير  
سمك مقلّى ، أرز صياديه ،  
سلطة خضار ، فاكهة



الاحد ٥ فبراير  
حمص شامى باليخنى ،  
مكرونه ، سلطة طحينية ،  
فاكهة



الاثنين ٦ فبراير  
حساء العدس ، عدس مطبوخ ،  
أرز مفلفل ، سلطة خضار ،  
فاكهة



الثلاثاء ٧ فبراير  
قلقاس بالخضرة ، لحم  
بالدمعة ، أرز مفلفل ، مخلل ،  
فاكهة



الاربعاء ٨ فبراير  
مسقعة قرنبيط ، أرز مفلفل ،  
سلطة خضار ، فاكهة



الخميس ٩ فبراير  
فول أخضر مكمور ، أرز  
مفلفل ، مخلل ، فاكهة



الجمعة ١٠ فبراير  
لحم بالدمعة ، خيار ، أرز  
مفلفل ، سلطة طماطم ،  
فاكهة



السبت ١١ فبراير  
خرشوف محشوّ بالارز ،  
فاصوليا جافة مكمورة ،  
مخلل ، فاكهة



الاحد ١٢ فبراير  
صينية البطاطس بالسّمك -  
سلطة خضار ، فاكهة



الاثنين ١٣ فبراير  
طعمية ، سلطة طماطم ،  
صينية بطاطة



الثلاثاء ١٤ فبراير  
فاصوليا خضراء مكمورة ،  
أرز مفلفل ، سلطة بنجر ،  
فاكهة



الاربعاء ١٥ فبراير  
لوبيا جافة بالخضرة ، أرز  
مفلفل بصلصة الطماطم ،  
سلطة خضار ، فاكهة





## اعرفي زميلتك



### ◆ الانسة ثريا علام

- ◆ طالبة بقسم الانجليزية بكلية الاداب بجامعة القاهرة
- ◆ تهوى الموسيقى وفراة الادب الانجلىزى
- ◆ ترى ان تتزوج الفتاة الجامعية بعد التخرج وهذا اذا كانت ترغب فى التوظيف
- ◆ عضو فى كثير من جمعيات الكلية
- ◆ اجتماعية ولها نشاط ملحوظ فى المحيط الجامعى
- ◆ أمنيته أن تطوف حول العالم

- ◆ استاءت بعض الفرق التمثيلية بكليات جامعة القاهرة من اختيار الاستاذ فؤاد المهندس عضوا فى لجنة التحكيم لمسابقة المسرح الجامعى لانه من خريجى كلية التجارة وقد يحيز عند التحكيم لفرقة كليته .
- ◆ انتهى الطالب حلمى هلال من وضع سيناريو لقصة جامعية .
- ◆ وسيقوم بأدوار البطولة فيها طلبة وطالبات من الجامعات المصرية .

## نحو جامعة افضل

لقد منح الدستور الجديد المرأة المصرية حق الانتخاب واحب بهذه المناسبة ، أن الفت نظر الفتاة الجامعية ، الى المسئولية التى اسندت اليها ، اذ أصبح من حقها الان أن تمارس حقوقها السياسية فعليها أن تحسن استعمال هذه الحقوق ، واعتقد أنها قادرة على ذلك لما تتمتع به من قسط وافسر من التعليم ونصيب كبير من الثقافة

وعليها أن تعتمد فى ذلك على شخصيتها ، وأن تكون بعيدة عن كل المؤثرات ، وأن تعلم أنها تحمل رسالة الالاف من بنات جنسها اللاتى لم تتح لهن ما أتيح لها من الفرص .

ان ميدان المنافسة اليوم بينها وبين الرجل أصبح قويا ، ولا مجال للقول بأنه يفوقها فى الحقوق .. فعليها أن تثبت وجودها .. فالانظار كلها تنبجها اليها .

سمير عبد القادر



## أسرار الجامعات



من اليمين الانسات نبيلة وفاطمة وزينب وسمير وفائزة فى رحلة انشاص التى نظمها قسم اللغة الانجليزية بكلية الاداب بجامعة القاهرة

- ◆ رفقت الاسة نبيلة احمد رئيسة فريق الباسكت بكلية الاداب جامعة القاهرة الاشتراك مع شادية فى احد الافلام التى تقوم فيها بدور طالبة جامعية رياضية .
- ◆ انضمت الى فريق الطيران الآلى بكلية الحقوق الانسات خيرية وايزيس وناديه وعطيات وسوف يقوم معهد مصر للطيران بتدريبهن على قيادة الطائرات .
- ◆ تنظم كلية التجارة بجامعة القاهرة رحلة رحلة الى الكويت فى اجازة نصف السنة وسوف يستضيف أمير الكويت أعضاء الرحلة أثناء اقامتهم هناك .
- ◆ نظم الاتحاد العام لجامعة القاهرة رحلة لجميع الكليات الى الاقصر وآسوان قيمة الاشتراك فيها خمسون قرشاً بمناسبة اقامة مهرجانات الشتاء هناك .

## مجالس تأديب للخدم ؟

ليس كل الطلبة من ورثة قارون وليسوا كلهم فى ثراء أغا خان ، ومع ذلك لو بحث الطالب عن قوته بوسيلة شريفة ، فان الدكتور مصطفى نظيف مدير جامعة عين شمس ، سيفصله من كليته ، لانه أهان مثالية الجامعة !

فقد نشرت احدى المجلات على لسان الدكتور نظيف انه سوف يقدم الطالب الى مجلس تأديب ، اذا اشتغل خادما أو بائع جرائد ، لان هذا يتنافى مع فكرة الجامعة المثالية .

ولم يتكلم الدكتور عن قسم آخر من الناس ، عددهم كبير ، ومع ذلك فقد حرموا نعمة النبوغ . وحرموا أيضا ميزة الشراء .. فماذا يفعلون ؟ نرجو أن يكون له بالنسبة لهؤلاء أيضا رأى يحقق لهم التمتع بالعام دون أن يتعارض مع مثالية الجامعة .

ان فى الدنيا عظماء كثيرين ، بدأوا فى الحضيض ورفعوا رؤوسهم من الوحل والتراب ، ووصلوا الى مراتب سامية ، ولم يقدموا الى مجالس تأديب !

أنا شخصيا أحرص على التقاليد والمثالية والكرامة ، ولكنى أفضل الا أظهر وسط الزملاء بحذاء مثقوب أو بستر مرققة .. لذلك بحثت عن العمل حتى وجدته .

م ، السنجرى

## الانسة ثريا هليل - قسم اللغة العربية بجامعة القاهرة :

اقترح أن تنظم كليات الجامعة مسابقات علمية يشترك فيها الطلبة والطالبات . حتى تستطيع الفتاة ان تثبت مقدراتها على التفوق والنبوغ وتبرهن لزميلتها انها ليست أقل منه كفاءة !



## الانسة عزيزة العشماوى - قسم الصحافة بجامعة القاهرة :

اقترح أن تفرض الجامعة العمل على الطلبة والطالبات أثناء العطلة الصيفية .. كل يقدم العمل الذى يتفق مع مواهبه والذى يعود على الوطن بالخير والرفاهية ، على ألا يتقاضوا مقابلا لقاء ذلك .



## نحت نقية

تظهر تحت هذا العنوان كل شهر الاقتراحات والآراء التى ترد اليها .. وبنيت النبل تعلن ترجيحها بكل اقتراح وتعد بتشره ما دام فى حدود القانون والنظام .. وترجو ان ترفق بالاقتراحات صور اصحابها لنشرها بجانب اقتراحاتهم ..



بروكلاكس

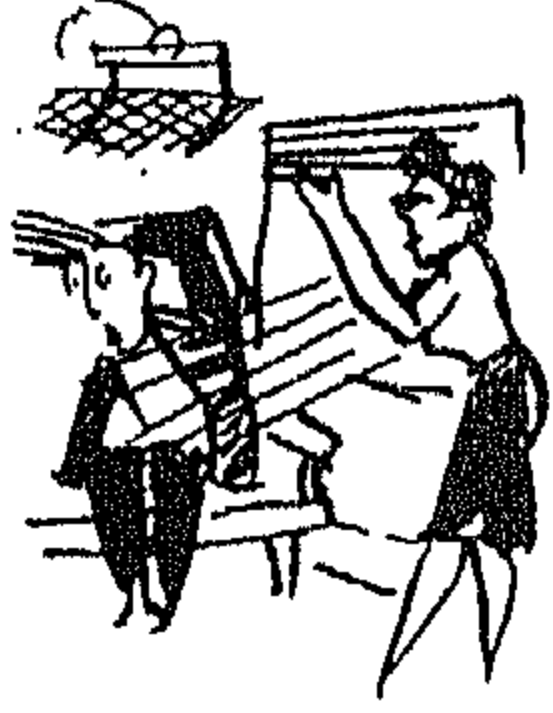


النكولاته المليئة ذات الشهرة العالمية



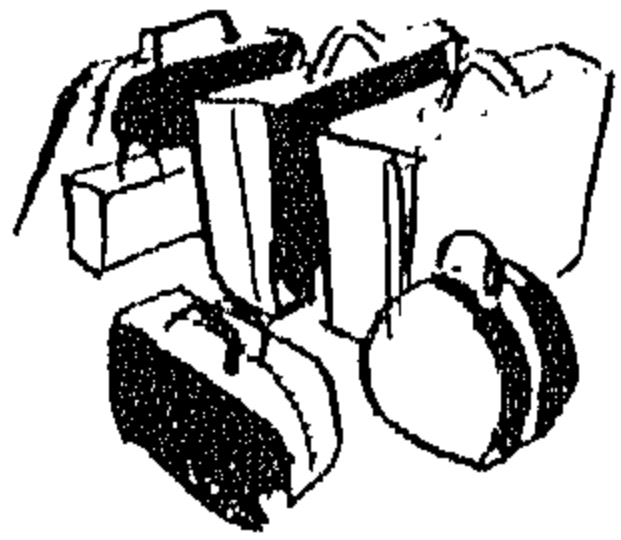
# كل شيء عن الانكيت

سيارة أو أوتوبيس أو ترام  
فلا تتكلمى مع السائق .



## السفر

لا تحملى معك حين  
تسافرين أكثر من حقيبة  
واحدة . وان كنت مضطرة  
الى أخذ أكثر من حقيبة  
فاننا ننصح بأن تشحنها  
بالسكة الحديدية . ان  
حقائبك الكثيرة تضايق  
المسافرين وقد تكون سببا  
فى وقوع بعض الحوادث  
الاليمة . لا تضعى حوائجك  
على المقاعد . ان عملك هذا  
يضايق من رماه حظه التعس  
بأن يكون فى صحبتك .



أن ترى كل شقتها . ولكن  
هذا الفضول يصبح قلة  
أدب ان حاولت أن تتبعى  
جميع حركاتها وسكناتها .  
أنظرى من نافذتك الى شارع  
ولكن لا تتطلعى الى بيوت  
الجيران .

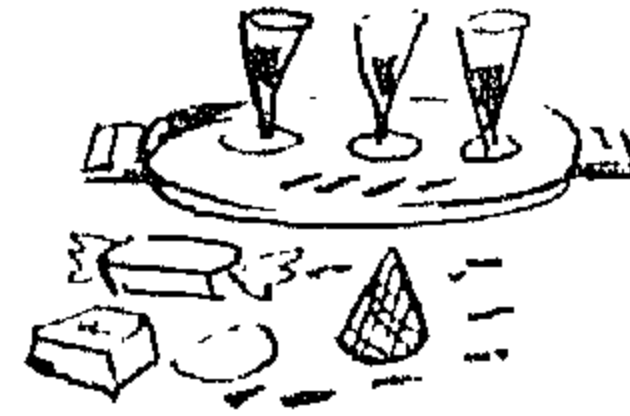


## فى السيارة

ان كنت تقودين سيارة  
وكان فى صحبتك عدد من  
الناس ، جلس ضيف  
الشرف الى يمينك بطبيعة  
الحال . ولكن يحدث أن  
يشعر الجالسون فى المقاعد  
الخلفية بالدوار . ففى هذه  
الحالة يتحتم على ضيف  
الشرف أن يتخلى عن مكانه  
فى المقعد الامامى الى  
الصديق أو الصديقة التى  
ينتابها دوار الطريق .

أما ان كنت فى عربة  
قطار فلا تفتحى النافذة أو  
تغلقها الا ان استأذنت  
المسافرين معك فى نفس  
الصالون . وان كنت راكبة

كنت قد حرصت على ارتداء  
ثوب تواليت .



## فى أعياد الميلاد

ان كنت ذاهبة لمعايدة  
شخص كبير السن بعيد  
ميلاده ، فلا تقولى له ( أتمنى  
لك حياة طويلة ) ، قولى له  
( أتمنى لك عيداً سعيداً ) .  
وان ذهبت لعيادة مريض أو  
مريضه فى يوم عيد ، فلا  
تتمنى لها صحة جيدة قولى  
لها فقط ( عيد سعيد ) . ان  
التهانى بالاعیاد مسألة  
شكلية بحتة ويجب ألا  
تمس الواقع من قريب .



## جارتك

الشارع يفصل بينك وبين  
جارتك . ولكن ان أردت  
فى استطاعتك من نافذتك

## استقبال المهنئين

هذا خطاب من قارئة  
بيروتية تزف الينا فيه  
بشرى زواجها وتطلب الينا  
أن نرشدها الى طريقة  
استقبال المهنئين والمهنئات  
ان جئن بعد الظهر أو فى  
السهرة .

نهئها أولا بهذا الزواج  
ونرجو لها ولقرينها حياة  
سعيدة ثم نقول لها أن تقدم  
أولا الملبس فى البونبونير  
ولا بأس من أن يقدم معه  
شئ من الليكور . وبعد ذلك  
بربع ساعة يقدم الشاي  
والكيك والبتي فور والجاتو  
الصغير . وفى استطاعتك  
أن تقدمى نفس هذه  
الضيافات فى سهرة أن  
أردت الاقتصاد . أما ان  
كانت حالتك المالية تسمح  
لك بالانفاق ، فاننا ننصح  
بعمل بوفيه بارد على أن  
يخطر المهنئون بذلك قبل  
حضورهم كى لا يتناولوا فى  
منازلهم طعام العشاء .

كما أنه ليس من الضروري  
إبدال الثوب فى السهرة ان

**Vitapointe**  
**Paris**

**فيابوات**  
باريس

ابنار هدير فى فن تصفيف الشعر  
للشعر الجاف . للشعر الذى فقد نعومته  
للشعر الأكثر . ولجميع أنواع الشعر  
ستحضر واحد .



# للرجال فقط

أكثر قصص الحب تتكون من مجموعة نظرات تبدأ وتنتهى هكذا تكون النظرة الاولى .. نظرة اعجاب .. والثانية نظرة فضول .. والثالثة نظرة تساؤل .. والرابعة نظرة حنان .. والخامسة نظرة هيام .. والسادسة نظرة قلق .. والسابعة نظرة خوف .. والثامنة نظرة شك .. وتكون النظرة الاخيرة .. نظرة حقد !!

لا تشغل بالك كثيرا بالبحث عن سر المرأة فالسر الوحيد الذى لا يعلمه الرجل .. هو أن المرأة لا سر لها ؟

الرجل الذى يبيع لنفسه من الحريات ما يحرمه على امرأته .. لا يلبث أن يشكو حرمانه من الحريات التى تبيحها امرأته لنفسها !

لا يستطيع الشك أن يصل الى قلب انسان محب .. الا من على اشلأء نفسه بنفسه !

فى الصداقة من الحب ما هو اخلد من الحب ذاته .. وقد يذهب الحب يوما .. وقد يتحطم الزواج وتظل الصداقة هى الباقية !

لان امرأة تحب الحب .. فهى تفضل دائما الرجل الذى يجيد فنونه !

قال لها ان كبرياءك هى وحدها التى تحول دون تقائنا ؟

فقلت له : انك تستطيع ان ترضى بها .. لو علمت انها هى ايضا التى تصد عن باقى الرجال !

اضاع الباحثون الاجتماعيون اعمارهم بحثا عن أسباب الطلاق .. ونسوا أن السبب الوحيد للطلاق .. هو الزواج !

الحب الحقيقى لا يموت فى قلب انجبين .. انه فقط يحتاج لاجازة سنوية تعيد اليه شبابه كلما تقدم به العمر ؟

الرجل الذى يعطى الفرصة لامرأته لتجرب نوعا غيره من الرجال .. والمرأة التى تعطى الفرصة لرجلها لتجرب غيرها من النساء .. كلاهما يعطى لنفسه الفرصة لتوقيع وثيقة انتحاره بيده !

هناك مثل عربى يقول : ففضل حصانك على امرأتك لانه لو فرت امرأتك استطعت اللحاق بها بفضل حصانك وان كان ان فر حصانك فانك لا تستطيع اللحاق به !

لا تضيق وقتك فى البحث عن المرأة التى لا يملها الرجل .. فهى الحلم الذى اضاع الرجال اعمارهم فيه .. لسبب بسيط .. هو ان الملك شىء موجود فى طبيعة كل رجل نحو كل شىء يحصل عليه !!

المرأة اللعوب تكسب المعركة الاولى .. والمرأة الفاضلة تكسب المعركة الاخيرة !!

## مدرسة قيرا



السيدة قيرا

الحاصلة على اعلى الدبلومات من معاهد باريس

الحاصلة على دبلوم قيرا للتصليق والخياطة



تسليم الدبلومات



أثناء الامتحانات

- |   |  |   |  |
|---|--|---|--|
| السيدات :                                     | فوقية حسن - زينب احمد -  | حسين - نعيمة على - فتحية على -  | نجيب - سعاد عبد الرحمن - وفاء -  |
| فتحية عبد الخالق - فكرية محمود - وفاء عيادى - | فتحية حفى - سعادى فرج - حسنية حامد - سعاد بديع - فاطمة محمود - جورجيت باسيل - آمال محمود - سميرة فهمى - سعاد | حكمت هاشم - زمردة الشيمى - عايدة حسين - حسنية عبد الفتاح - آمال عزيز - عليه شريف - نوال | شكرى - لوسى سركىس - روزمارى بركات - روحية حسنين - اقبال هاشم - زينب غنيم |

دروس تفصيل وخياطة وصم للدراسات والمراسلات وآخر للتطريز وفوق احدث طرق معايد باريس انتخري الفرصة واحجزى مكانك بمقر المدرسة : ٢ شارع ٢٦ بوليومعارة الكرنشنتال بالقاهرة ٧٤١٠٤





## عبادة

\*\*\*

♦ باسرا الاستاذ عبدالرحمن صدقي مراقب الشؤون الفنية نشاطه الفني بوزارة الارشاد ودار الاوبرا بعد عودة من رحلة في أمريكا والتي استغرقت ثلاثة أشهر ونصف .

♦ تعاقد حسين رياض مع إحدى الشركات السينمائية للظهور في فيلم بطولة يوسف وهبي ، وهذه هي المرة الثانية التي يظهران فيها معا بعد فيلم « أولاد الذوات »

♦ قدم بعض أعضاء اللجنة العليا للمسرح الجامعي استقالتهم من عضوية اللجنة لأسباب كثيرة ، منها تدخل موظف كبير بالجامعة في أعمال اللجنة بدون حق .

وينتظر أن تؤجل لهذه الأسباب مسابقة المسرح الجامعي هذا العام .

♦ أمضت الممثلة الإيطالية جينا لولو بريجيديا سهرة عيد ميلادها في أحد ملاهي باريس ، وقد اضطرها رواد الملهى الى الفناء والرقص حتى صباح يوم الميلاد .

♦ يمتد موسم فرقة الاوركسترا القومية للموسيقى السيمفونية خمسة أسابيع أخرى تقوم الفرقة بالعزف فيها مجانا فى صالة الدستور بوشنطن احتفاء بطلبة المدارس والجامعات .

♦ تذاع فى خلال فبراير العالى من متحف الفنون بنيويورك اذاعات تليفزيونية ، وقد انفق على الشاء هذه المخططة ١٠٠٠٠٠٠ دولار لاماكان اذاعة برامج اسبوعية .

♦ ينتظر ان تجتمع فى الاسبوع القادم لجنة الصحافة الجامعية للنظر فى نتيجة مسابقة صحف كليات جامعة القاهرة عن العام الماضى ولتنظيم مسابقة هذا العام بين الجامعات الثلاث .

# أخبار



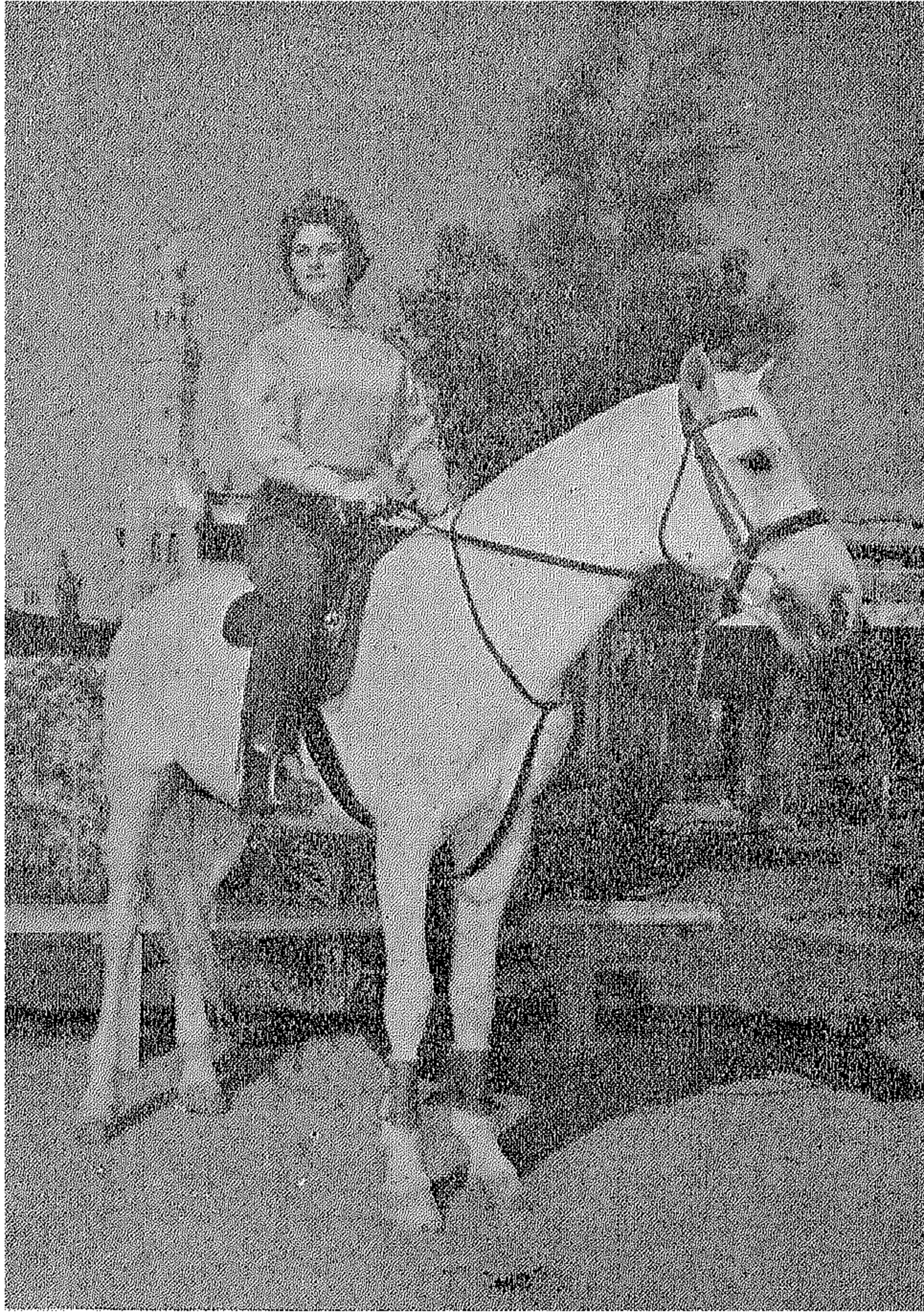
جينا لولو  
عيد ميلاد

حسين رياض  
مرة ثانية

أم كلثوم  
دليل احتار

♦ عادت الى هوليوود أخيرا انجريد برجهان بعد مدة طويلة ، حيث تركت زوجها المخرج الايطالى واطفالها منه فى روما . . للبدء فى تصوير فيلم لاستديوهات جواردين ماير من بطولتها .

♦ نظرا لنجاح أغنية الموسم « دليل احتار » للشاعر احمد رامى وموسيقى رياض السنباطى ، تعيد أم كلثوم غناءها فى سهرة الاذاعة مساء الخميس المقبل من مسرح الازبكية .



فارسية جميلة . . . وجواد أصيل . . !

# عيد الأسرة

ليس شك فى أن الأسرة السليمة المترابطة هى دعامة المجتمع السليم الناهض ، ودولة تضم مجتمعا سليما ناهضا هى بطبيعة الحال دولة قوية ناهضة خالدة .

والمرأة المصرية ، اذ تقدر ما للأسرة السليمة المترابطة من مكانة فى المجتمع وتدرى ما للأسرة الواعية من أهمية كبرى فى نهضة الشعوب وتقدم الدول ، ترى ان ما نص عليه الدستور من أن الأسرة أساس المجتمع وجعل كيائها حجر الزاوية منه والنقطة التى تتركز فيها جميع مقومات هذا المجتمع خطوة حاسمة فى تاريخ البلاد . .

لم يكتف واضعو الدستور بذلك، بل ضمنوه النص على أن الدولة تكفل دعم الأسرة وحماية الامومة والطفولة ، وان تيسر للمرأة التوفيق بين عملها فى المجتمع وواجباتها فى الأسرة ، وان تحمى الدولة النشء من الاستغلال وتقيه الاهمال الادبى والجسمانى والروحي ، وان للمصريين الحق فى المعونة فى حالة الشيخوخة والمرض والعجز عن العمل ، وان للمنازل حرمة فلا يجوز مراقبتها ولا دخولها الا فى الاحوال التى بينها القانون .



وبهذه المناسبة لم لا تفكر سيداتنا فى تخصيص يوم تجعله عيدا للأسرة تحتفل به فى كل عام تؤكد فيه المكانة التى تشغلها الأسرة فى المجتمع ويذكرنا بما على افراد الأسرة الواحدة من واجبات ، نحو الوطن ونحو بعضهم البعض واجبات لا بد من ادائها كاملة غير منقوصة حتى تتمتع بحياة افضل فى عشنا الصغير ، عش الأسرة ، وفى عشنا الكبير ، الوطن الحبيب .

« ح »



## المرأة بين الشعراء والناس

للاستاذ ثروت أباطة المحامي

الابيات لشوقي محبى احتفائه  
بالمرأة ومدى ما يحمل بأهل  
الهوى أن يتحلوا به من الصبر  
يقول :

دخل الكنيسة فارتقت فلم يطل  
فاتيت دون طريقه فزحمته  
فأزور غيبانا وأعرض نافرا  
حال من الغيد الملاح عرفته  
فصرفت تلعابى الى أترابه  
وزعمتن ليلانتى فاغرت  
فمشى الى وليس أول جودر  
وقعت عليه حبائلى فقصته

قد جاء من سحر الجفون فصادنى  
واتيت من سحر البيان فصدته  
اننا جيل مادي ، عنيف  
فى ماديتة ، نميل الى الهوى  
— ان ملنا — بلا روح  
ولا عاطفة ولا قلب ، فلا

صبر عندنا نصبر به على  
دلال الهوى ولا حب لدينا  
نستقبل به عطف المحب ،  
انما نحن سراع ، سراع نريد  
ان نفرغ من مأمورية لنلنتفت  
الى غيرها ، وبعد فهل فى هذا  
خير ، أم ان الاولين كانوا  
أعلم بالخير منا . نحن  
الشرقيين نقول لا خير فى  
حياة بلا روح ولكننا مع هذا  
ننزل عن هذه الروح يوما  
بعد يوم وساعة بعد ساعة .

وبنو الغرب وعلى رأسهم  
أمريكا يقولون لا نعترف فى  
هذه الحياة بغير المادة  
والذهب والدولار والعمل  
بغير روح ولا خيال ، ولكن  
كتابهم من قصاصين وعلماء  
يتولون ان حياة بلا روح ولا  
خيال هى الموت بل هى شر  
من الموت . . .

والعالم بين الشرق والغرب  
قلق المستقر متوفز المقام  
ولكن لا سبيل له الا ان يظل  
على قلقه حتى يقضى الله أمرا  
كان مفعولا .

ثروت أباطة  
المحامي

وادنو فتقصينى فأبعد طالبا  
رضاها فتعتد التبعاد من ذنبى  
فشكوى تؤذيها وصدى يسوءها  
وتجزع من بعدى وتفرع من قربى  
ولعلنا لا نحتاج الى هذه  
الرحلة الطويلة خلال العصور  
الماضية فان شوقي الخالد  
له فى الغزل أبيات تريك  
كيف كانت المرأة مجسـل  
احترام أصيل نابع من القلب  
والشعور وليس احتسراما  
مظهريا يتمثل فى انحناءة  
سخيفة أو تقبيل ليد أو تأخر  
فى طريق . ونرى فى هذه

الملولين المتقلبين ، يفضـبون  
فما أسرع ما يفضـبون  
وينصرفون عن حبهم سراعا  
خفافا كأنهم لم يكونوا فى يوم  
أنضاء هوى ولا أبناء صباة  
. . أريد أن أرى وجوههم  
حين يقرأون قول شاعر قديم  
نسى التاريخ اسمه ، أو نسيه  
على الأقل الكتاب الذى قرأت  
فيه هذه الابيات

شكوت فقات كل هذا تبرما  
بحبى أراح الله قلبك من حبى  
فلما كتمت الحب قالت لشد ما  
صبرت وما هذا بفعل شجى القلب



صوفيا لورين

ارشق فائنات الشاشة . .

يحاول الرجال ان يتظرفوا  
والمجال أمامهم واسع والصحف  
بين أيديهم يملأونها بما شاء  
لهم ظرفهم من نكات تنال من  
الجنس اللطيف حتى لقد  
استطاعوا ان يقرأوا فى الاذهان  
ان المرأة ثرثرة بطبيعتها ،  
والواقع أنهم يضيّقون بحديثها  
لانه يقطع عليهم هم ان يكملوا  
حديثهم ويمنعهم أن يتحدثوا  
بما فعلوا من جلائل الاعمال  
او مما يتخيلونه جلائل  
الاعمال .

ويؤسفنى ان اجد هذا  
الجيل من الرجال ينال من  
المرأة هذا النيل بينما كان  
الشعراء من العرب يتلطفون  
لها ويرون كل ما يصدر عنها  
حلوا سائغا .

ونسعى نحن أبناء هذا  
الجيل أننا أبناء تحضر  
ومدنية ونرمى الاوائل من  
العرب بأنهم أبناء صحراء  
وجفاء .

تعودنا أن نأخذ على المرأة  
فى أيامنا هذه خلفها للوعد ،  
وصدها للحبيب ، وهجرها  
له اياما قد تقسو فتجعلها  
اسايب . . اذن فاسمع جميل  
بشينة يقول :

وانى لراض من بشينة بالذى  
لو ابصره الواشى لقرت بلابله  
بلا ، وبالا أستطيع وبالمنى  
وبالامل المرجو قد خاب آمله  
وبالنظرة العجلى ، وبالعام تنقضى  
أواخره لا نلتقى وأوائله

ويسمع اليه المدعون  
بشرثرة المرأة وكثرة كلامها  
ليسمعوا اليه وهو يهفو  
الى الحديث من حبيبته . . .  
أى حديث فهو يقول :

من الخفريات البيض ود جليسا  
اذا ما انقضت أحدى لو تعيدها  
ونجد بين الشباب هؤلاء



# أسماء الفائزات بجهد يا بنت النيل

احكام سلمان بباب الخلق - ماجده حسيب بالعادي - ايجيت عقاد بالقاهرة - سميرة محمد بالظاهر - نوال النجار بالظاهر - صفية احمد حسين بالجيزة - نادية عبد العظيم بحدائق القبة - فردى الجندي بمصر الجديدة - عصمت أبو طالب بالحلمية - عليه حجازى بشبرا مصر - هانم دهمد محمد الخياط بمنيل الروضة - ممدوحة عبد العزيز بالجيزة - فوقيه احمد بمنشية الصدر - ايفيث انسى راتب بحلوان - ايدا شفيق بمصر سومه أبو الدور بالاسكندرية - حرم محمد مصطفى النيلي ببورفؤاد سعاد الشريف بالاسكندرية - ميمى محمد عاشور برشيد نجيلة عبد الوهاب بفارسكور - بهيجة ابو العينين بفاقوس شرقية - سعاد حافظ بالاسكندرية - حرم الاستاذ هاشم فائق ببنها - حرم ابراهيم حسين شوكت بأبو قرقاص - فريال السيد العادل بدسوق عليه شاكى بالفيوم - اسمت السنيل بالاسكندرية - حرم محمد حجاج ببور سعيد - حرم الصاغ ثابت الياس ببوش - كوثر الفيومى بلقينا - أمال القصاص بالعريش - سناء السحرى بزفتى - تهانى يوحنا ببهنساى - حرم البير عبد الله بالظاهر - حرم عبد المنعم مأمون بالظاهر - حرم محمد شلبى بمصر الجديدة .

الفائزات بزجاجة منكبير :  
وفاز بزجاجة منكبير كل من السيدات والآنسات :

نبيلة زاهر بابوقرقاص - انصاف محمد بمنوف - عطيات محمد بكفر الشيخ - فوزية عبد القادر بأبو قرقاص - لنده قلندس بالفيوم - ضاوية صقر بالاسكندرية - وفيقة البنا بالمحلة الكبرى - سهير شريف بصهرجت الكبرى - حرم محمد الصبان بالاسكندرية - سميره عبده بالاسكندرية - وداد نوار بالاسكندرية - فكرية العشرى ببلا ايزيس حنا بأسسيوط - فوزية سعد الدين بميت الديبة - سامية نجم بالاسكندرية - حرم لطفى منصور بالاسكندرية - بولس جرجس بالمنيا عائشة الجبيل بالاسكندرية - حرم ليلى عثمان بأسوان - حرم محمد الشنقىرى بمنوف - فوقيه سلام بالاسكندرية - حرم يحيى عثمان بأبو حماد - عليه شليانه بالمنزلة - كوكب عبد الرحيم بأسسيوط -

( البقية ص ٩٢ )

بقلوب البلد - سنية محمد بشبرا مصر - زهير شاروييم بعابدين - نازلى ابراهيم بحدائق شبرا - عزيزة المصرى بمصر الجديدة - فكرية احمد بسيدنا الحسين -

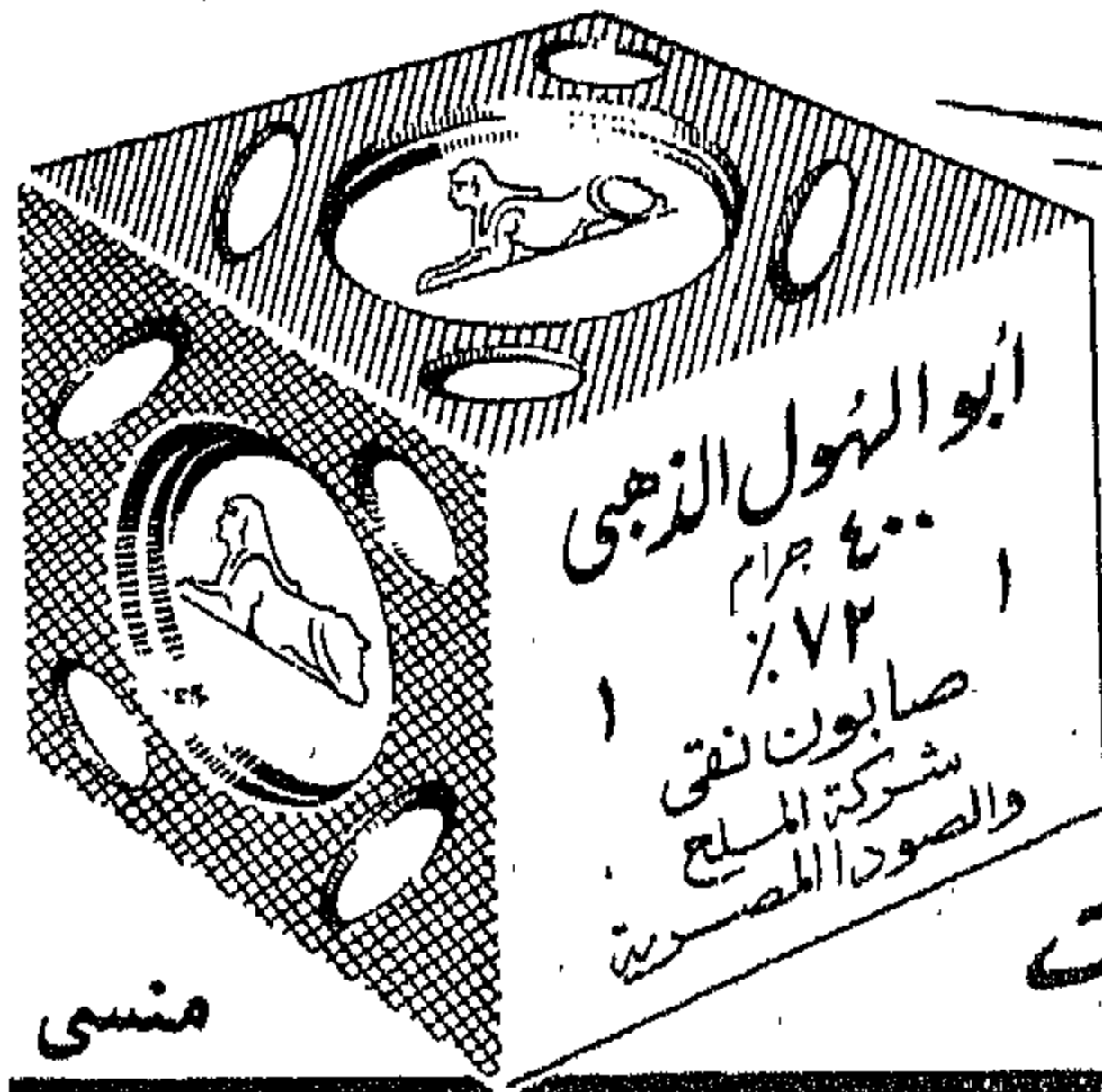
مصر - سوزان صادقى بشبرا مصر - روية فهمى عبد الملك بشبرا مصر - ناهد مذكور بعابدين - فاطمة طه بروض الفرج - نازك مذكور بمصر - فايزة عبد الصمد

الفائزات بقلم احمد شفاء :  
فاز بقلم احمد شفاء كل من السيدات والآنسات :  
فوزية فهمى عبد الملك بشبرا مصر - انصاف ابراهيم بشبرا

## الصابون الذى تخفى عن جودته معظم هذه البيوت



الشهرة في اكثر الاحيان  
لا تأتي عفوا واعتباطا . . وقد  
اشتهر صابون أبو الهول الذهبى  
وتهاقت على استعماله ربات  
البيوت لانه فعلا الصابون المثالى  
للفسيل ولانه نقى ومضمون . .



منسى

تعمله ٨ من ١٠ من ربات البيوت

إنتاج : شركة المسلح والصودا المصرية

س ٩٦٥



# كل جديد عن السينما

♦ قضت مارلين مونرو سنة في مفاوضات مع شركة السينما التي تعمل فيها . وكان من نتيجة هذه المفاوضات الطويلة التي امتنعت خلالها الممثلة الحسنة عن الظهور في أى فيلم ، أن برزت عدة ممثلات ثانويات مثل جين كولنز ومارلا أنجلش التي لعبت في « رمال الصحراء »

♦ ما زالت الافلام الامريكية سيدة الموقف على الرغم من المنافسة الشديدة التي تلقاها من الاستوديوهات الانجليزية والاطالية . ويقال ان فرنسا ستعود ثانية الى الميدان بانتاج عالمي ضخم .



## مصيصة الزواج

هل الزواج متعة كما يشيع المتفائلون أم هو تـاج على رؤوس العزاب لا يراه الا المتزوجون . .

قد تختلف الاراء عن الزواج . .

والحقيقة في الامر ان الزواج مصيدة أو هكذا يعتقد فرانك سيناترا .

فرانك سيناترا في فيلم « اغراء » الذي تقدمه هذا الموسم متروجولدوين ماير يقترح اطلاق اسم « المصيصة الحنون » على عملية الزواج الزواج في نظره مصيدة ولكنها مصيدة غير قاسية .

سجن ولكنه بغير قيود وفي فيلم « اغراء » نراه يهز كتفيه لعروض الزواج التي تنهال عليه بحكم عمله كمتعهد لنجوم المسرح والسينما

عشرات من بنات حواء يأتين اليه متقربات يرغبن في العمل معه وكل واحدة منهن تحلم بالظفر بقلبه يوما . ويقف هو كالصخرة الشامخة يرد أمواج الاغراء حتى يقع أخيرا في الفخ فتصطاده « ديبى رينولدز » ينتهي مصيره الى الزواج الذي يراه بعض الناس متعة ويراه الآخرون تاجا على رؤوس الاصحاء ، أقصد العزاب .

## الحب على الطريقة الشرقية

قصص ألف ليلة يعرفها الجميع . يعرفون أبطالها جيدا يعرفون الخليفة والوزير والعبد والجارية والتاجر النصاب .

وتحفل مثل هذه القصص بالمواقف المضحكة وحين تأتي السينما لتقدم الى الجماهير مثل هذا اللون تراها تحرص على تقديمه في ثوب بهيج من الالوان والاخراج الفخم . تقصد من وراء هذا ان تخلق أمام الجماهير جوا من البذخ الذي يعرفه الناس عن سلاطين ألف ليلة وليلة . ولونا من الترف لمسه وعرفوه في هذه القصص .

وقد حرصت متروجولدوين ماير على أن تلجأ الى « ألف ليلة وليلة » تستوحى من حوادثها قصة « قسمة » التي تقدمها في ثوب رائع من الالوان والسينماسكوب وذلك في فيلم بهذا الاسم أعدته لهذا الموسم .

الفيلم أبطاله ثلاثة، الخليفة « فيك دامون » والوزير ثم الحسنة « مارسينيا » ويلعب الثلاثة ادوارهم في هذه القصة الفكاهة المرحية مقدمين لعشاق ألف ليلة وليلة أجمل ما في هذه القصص من غرام ومغامرة ودسائس .

## عهد الفروسية وعهد الهوى

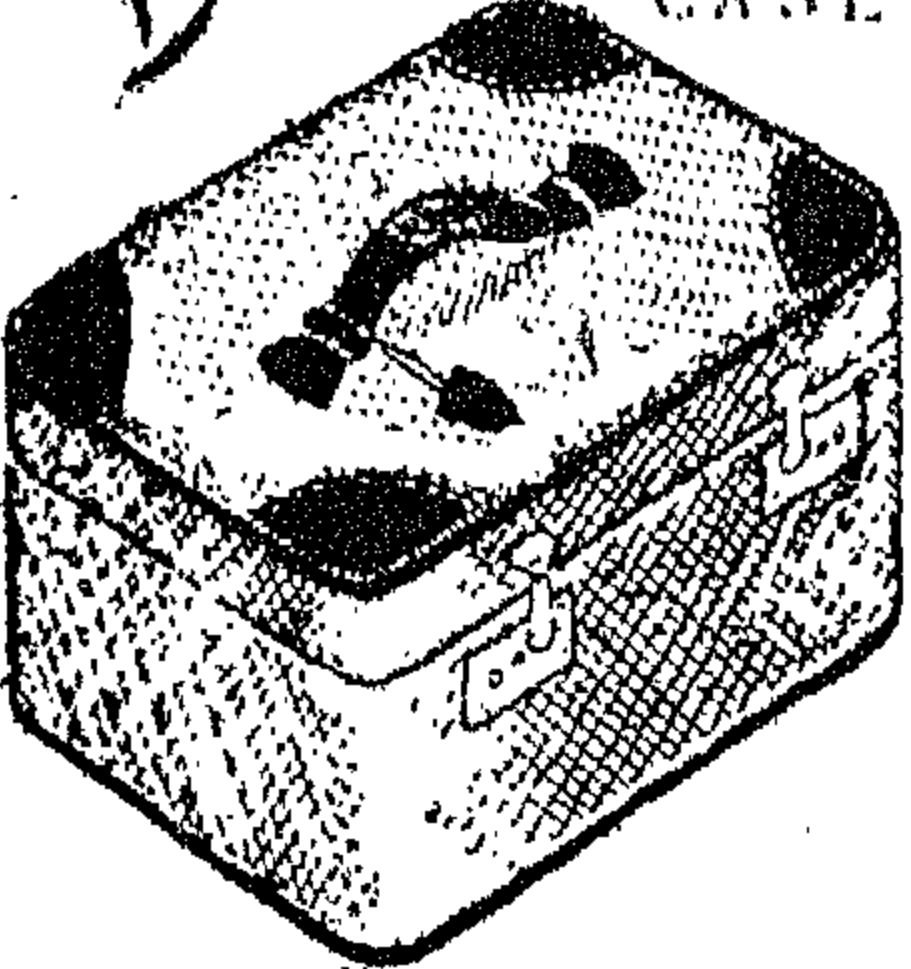
من سجلات التاريخ المطوية يستخلص الكاتب الشهير سير والتر سكوت قصة مغامرات رائعة هي قصة « كوينتن ديروارد » التي تقدمها متروجولدوين ماير هذا الموسم باسم « عهد الفروسية »

ولعل هذه القصة التي كتبها المؤلف الكبير من أجمل وأمتع ما أخرجته الى جماهير القراء فهي تروى نبأ الصراع الضخم الذي نشب بين ملك فرنسا لويس الحادى عشر ودوق بورجندى وكيف وصل هذا الصراع بينهما الى حد الموت . ولعل أجمل ما في القصة هي المعارك الرائعة التي كان سير والتر سكوت يديرها ببراعة بين فرسانه المدرعين في زمن لم يكن البارود قد اكتشف بعد وحين كان الصراع يقوم بالسيوف والحرب والجياد المكسوه بالدروع في كل جزء من اجزاء جسدتها .

ان الجو الحماسى الذى تشيره هذه القصة يزداد حين تقدمه السينما فى هذا الاطار الرائع من الاخراج المتقن الذى لا يسع الانسان الا أن يعترف ازاءه بأن السينما متعة الحياة بل هي معجزة القرن العشرين .

ريشولى

ريشولى  
TRAIN CASE



شنتية لأدوات السفر  
والجوهرة وأدوات الزينة  
هذه الشنتية من  
الركب والجلد  
نوهة كذلك من  
الدوائر والجلد  
ومنه الجلد فقط

ريشولى

بيت الهدايا  
الفاخرة  
شارع محمد زكي  
الاسكندرية



# تحتل ساحة كطلال

## خطاب في الشهر

كنت ما زلت طالبا بالثانوى .. حينما أصر أبى على تزويجى من احدى فتيات العائلة ... من باب حماية أخلاقى من اندفاعات الشباب ... ولم أكن أستطيع وقتها مناقشة والدى فى أوامره ... وهكذا أصبحت زوجا ... بأمر من السيد الوالد ...

واليوم .. وبعد مضى اثنى عشر عاما .. على زواجى وبعد ان أصبحت أبا لطفلين ..

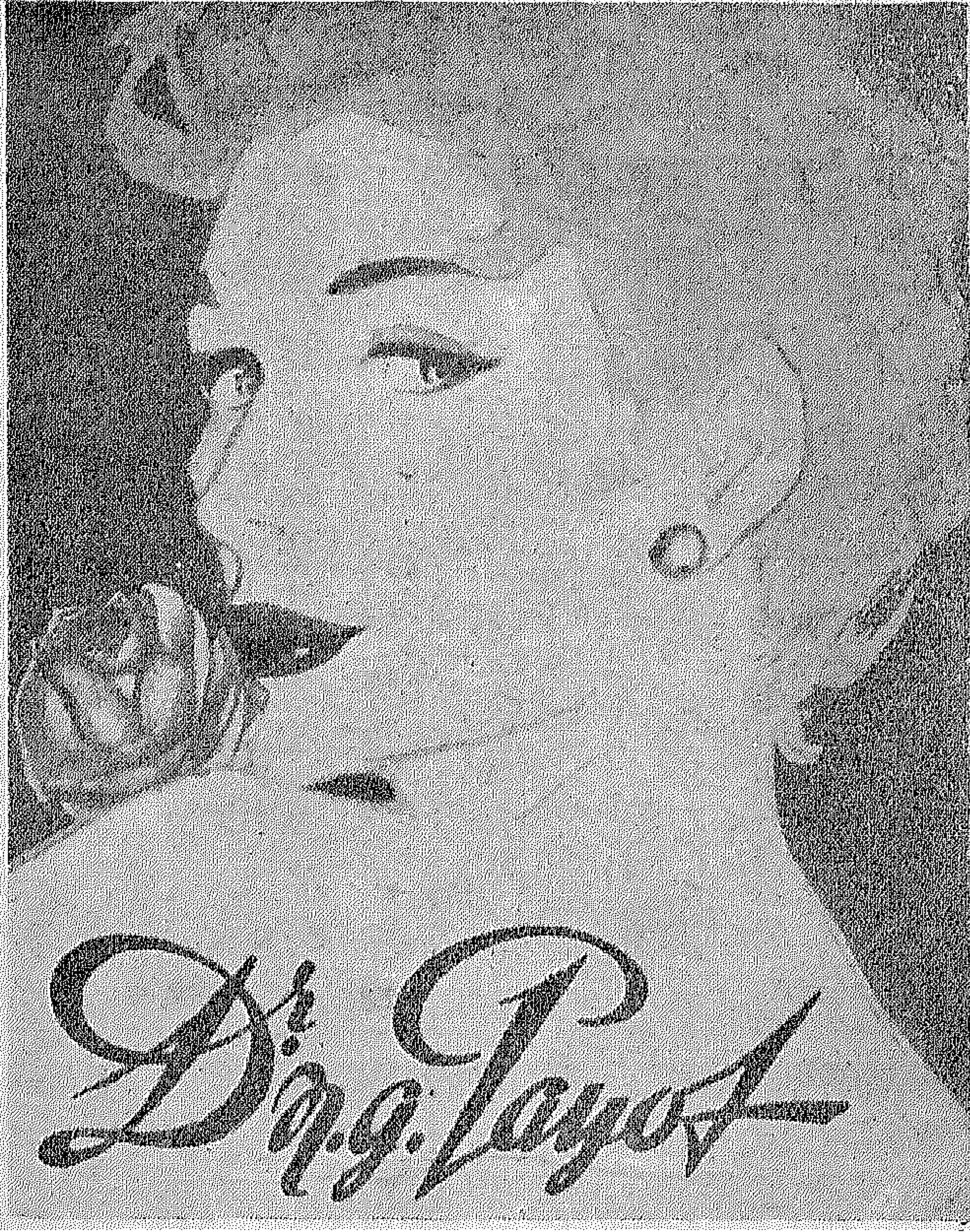
اليوم وبعد أن نضج تفكيرى .. واستقلت شخصيتى وارادتى .. اكتشفت انى لا أستطيع مواصلة حياتى الزوجية مع زوجة لم أحبها قط ولم يفارقنى شعورى بأنها قد فرضت على حياتى .. لقد تعقدت نفسي من نحوها الى حد جعلنى أهرب من البيت ومنها .. ومن أولادى .. ويزيد فى حقدي عليها وعلى حظى أنه يوجد أمامى فتاة مثقفة تحبنى كل الحب وتفمرنى بحنانها ورعايتها بلا غرض ولا طمع من الزواج منها .. انها تقدر ما تعطينى من سلوى وحنو .. بقدر ما تزيد من احساسى بتعاستى فى حياتى الزوجية .. لقد فكرت فى الانفصال عن زوجتى .. ولكن الشجاعة تنقصنى .. فهل تأخذين بيدي وتمنحينى الشجاعة على وضع حد لشقائى المبرح ؟

محمد - القاهرة

(( بنت النيل )) : ان قصتك هذه التى تراها مأساة دامية .. اراها انا واحدة من قصص الجريمة الاجتماعية التى تمثاها .. هم فى حياتنا وتنعكس فيها حكمة تسخاها والدهن .. فى زواج أولاده وحكمة

حب .. بالتليفون  
تم تعارفى به عن طريق التليفون .. فقد كان بحكم عمله كموظف فى محل أبى التجارى .. يتولى تحويل الخط التليفونى الذى يربط بين البيت والمحل بتوصيله وكلما رفعت السماعة كان يسرى صوته الرقيق الحنون الى أذنى فيلهب مشاعرى .. وبمرور الايام تضاعف اهتمام كل منا بالآخر ... وكثيرا ما لاحظت أنه يخصصنى بالذات من بين اخواتى .. باهتمامه وودده .. ولكنى رغم شعورى نحوه .. كنت أحاول تجاهل اهتمامه بى متصنعة عدم الفهم .. وأخيرا جاء اليوم الذى





## أخصائية التجميل (بيريت كازانوف)

من معهد الدكتور بايو للتجميل بباريس

تعطيك **بركات** إرشادات فنية لزيادة جمالك

يتشرف الدكتور ن. ج. بايو

بدعوة كرام السيدات لمقابلة

أخصائية فن التجميل السيدة

بيريت كازانوف من معهد باريس ، التي حضرت  
خصيصا الى القاهرة لاعطاء إرشادات علمية في فن  
التجميل الى كل سيدة مصرية تصبو الى رفع مستوى  
جمالها وزيادة نضرة بشرتها .

وذلك حتى منتصف شهر فبراير سنة ١٩٥٦

بمعهد التجميل العالمي ٣٧ شارع عبد الحليم  
ثروت ٤٤٦٩٣

لتكن اذا مسألة سسفرك هي  
الاختبار الواقعي الاول الذي تختبرين  
به تقديره للامور وثقته فيك واهتمامه  
بمستقبلك . فاذا وافق على سفرك  
فهو يستحق ان يكون زوجك  
واذا أصر على موقفه فانه يكون  
الجاني على نفسه .

لا . . . كسبت مغفلا .

كنت اراها ملاكا ترك  
السماء ونزل الى الارض  
لينشر حوله نور البراءة  
والطهارة وتزوجتها وانا  
احسد نفسي عليها . . وفي  
ليلة الزفاف . . اكتشفت  
انني كنت اكبر مغفل حينما  
وثقت في عفتها . . لقد كانت  
صدمتي كبيرة الى حد جعلني  
اقسو عليها وارفض الاستماع  
الى دفاعها عن نفسها . . .  
وتطليقها كما طلبت مني . .  
كنت اريد ان اجعلها تدفع  
ثمن خداعي فأخذت أذلها  
ليل نهار . . وتحملتني  
صابرة على أمل اقناعي بأنها  
لم تفقد عذريتها عن طريق  
الاستهتار . . بل فقدتها في  
ظل العقد الشرعي الذي كان  
يربطها بابن عمها قبل ان تطلق  
منه من غير زفاف . . ثم  
يعقد عليها لي .

ان كل شيء فيها . . . وفي  
تصرفاتها معي منذ زواجها  
تؤكد طهارة روحها وخلقها  
العالى حتى انني بدأت أميل  
الى الرفق بها . . فهل  
اكون مغفلا . . لو انني قبلت  
عذرها . . وسامحتها ؟

زوج تعس

((بنت النيل)) : لقد كررت  
استعمالك لكلمة التفضيل اكثر من  
مرة . . وهذا كما اظن يحلّل  
نفسيتك فانت بعقلك تصدق براءتها  
و . . وانت بقلبك تحبها . . ولكنك  
تخشى ان يحبط غفرك لها من قدر  
بدايتك في عين نفسك وعينها . .  
وهذا نوع من مركب النقص لا  
يحسه غير ضعفاء الشخصية . . .  
فالمفروض ان الفران لا يصدر الا  
من الاقوياء أصحاب العقول  
الناضجة والمعنويات العالية . . .  
وانا ارى ان قصة زوجتك لا شبهة  
فيها . . فاذا كنت واثقا انه قد  
سبق عقد قرانها على زوج اخر قبلك  
فليس من حقك ان تحاسبها  
على تصرفاتها عن الفترة التي كانت  
فيها في ذمة رجل اخر شرعا . .  
اعقل ولا تعظم بينك وسعادتك .

على التكلم . . أبدئي كلامك معه هو  
فان تقارب سنكما يجعل  
تفاهمكما اقرب . . قولي له بصراحة  
انك تعلمين انه يحب فتاة اخرى  
و . . وانك لا تقبلين تحطيم قلبه . .  
لانك اقرب انسان اليه . . لانك  
تعدين نفسك اخته . . واكبر ظني  
. . انه سيتلقف هذه الفرصة  
للتعاون معك في اقناع والديكما  
بترك هذا المشروع ومنح كل منكما  
حق اختيار شريك حياته بنفسه .

تخضري . . وجهود

انا جامعية تخرجت هذا  
العام بدرجة تفوق ثم وقع على  
الاختيار أخيرا للاشتراك في  
بعثة دراسية علمية ستسافر  
الى بلد أوروبي . . وبينما انا  
استعد للسفر والدنيا تكاد  
لا تسعني من الفرح . . اذ  
بخطيبي يعلن ثورته علي ويهدد  
بفسخ خطوبتنا لو انني  
تحديت رغبته وسافرت الى  
أوربا . . لقد بذلت كل جهد  
مستطاع لاقناعه بالفائدة التي  
ستتحقق لمستقبلي من وراء  
هذه البعثة ولكنه يقول انه  
يريد زوجه تتولى شئون بيته  
و . . ولا يعنيه ان تكون ربة  
بيته حاصلة على دكتوراه أو  
خريجة جامعات اوروبية . .  
انني احبه ولا احتمل الانفصال  
عنه ولكنني كفتاة مثقفة لا  
أقبل تحكمه في مستقبل علي  
هذه الصورة الرجعية . .  
انني احتكم الى بنت النيل  
لتختار لي الطريق الذي يحفظ  
علي سعادتي . . وشخصيتي  
سامية - بالمعنى



((بنت النيل)) الواقع ان اختيارك  
لبعثة دراسية بالخارج تعد فرصة  
ذهبية بالنسبة لمستقبلك لاستطيع  
ان اشير عليك بالتغلب عليها واما  
بالنسبة لخطيبك . . فاني لا أنفد  
بمستقبلك معه حتى لو حدث ان  
ضحيت بمستقبلك من اجله . . .  
فان رايه في الزوجة التي يريد  
. . يدل على جمود عقليته او على  
الاقبل انه يخالفك في نظرتك الى  
الحياة باعتبارك فتاة مثقفة طموحة  
تتحدث عن شخصيتها كثيرا . .





# بريد بنت النيل..

يُرد على الاسئلة المكتوبة  
ابراهيم عازر



السيدة ف. م :

تشكو من بقع سوداء . هذه  
البقع السوداء ناتجة عن الكبد  
وافراز البيضين وهذان العضوان

يحالان للفحص لتقرير العلاج .  
فزال البقع بالعلاج يتم بعد فترة  
طويلة من العلاج .  
سيدة حائرة :

بنت سنها ١١ حجمها صغير  
وقصيرة القامة نحيلة الجسم .  
علاجها اخذ حقن  
Pancelvin Lilly

سنتيمتر واحد في العضل يوميا  
مع حقن Colloidal Calcuirm  
٢ سنتيمتر في العضل يوميا .  
م. ع. م. بالدقهلية :  
في الثامنة عشر وتشكو من عدم

اكتمال انوثتها وتسال اذا كانت  
المتفتحة مفيدة لحالتها . اتركى مسألة  
المتفتحة وخذى

Capsules Viterra Pfizer  
قرص قبل الاكل ٣ مرات يوميا مع  
Bioferrin Hoechst نصف  
ملعقة كبيرة بعد الاكل ٣ مرات  
يوميا

المعدة سوزان - المنيا :

تشكو من حالة حرش شديد في  
موضع حساس بجسمها . استعملى  
المطهر Supersan, Boots  
ملعقة صغيرة على ماء دافىء ٣ مرات

يوميا وخذى حبوب  
Capsules Bristacline

قرص كل ٦ ساعات ٤ مرات يوميا  
ليلا ونهارا علبتين أو ثلاثة حتى  
الشفاء .

سبب . م :

اذا صبح كلامك فيكون الفشاء  
من النوع الغربالى الواسع ويظهر  
كأنه غير موجود وهو لا علاقة له  
بالحمل ويستحسن تحليل المادة  
المنوية للزوج لمعرفة عدد الحيوانات  
المنوية عنده وقوة حيويتها ويتم  
هذا فى معمل تحاليل ونفساذا  
بالنتيجة .

المعدة ف. م. س. ر. بنى سويف :

تشكو من نزول سائل لزج من  
الرحم ذو رائحة كريهة . اعملى  
غسيل من الخارج فى موضع نزول  
الافرازات بماء دافىء عليه ملعقة  
سفيرة من Superson Boats  
درتين أو ثلاثة يوميا وتناولى حبوب  
Capsules Bristacline

قرص واحد كل ٦ ساعات ٤ مرات  
يوميا ليلا ونهارا وبالساعة واستمرى  
فى تناول ٢ أو ٣ علب حتى الشفاء



ليلي - زمالك :

تشكو من اصفرار اسنانها -  
اضيفى داء اوكسيجين على بعض  
الماء الدافىء واعملى غرغرة مع دلك  
اسنانك .

ر. م. ك :

اتصلى باجراخانات دلسار أو  
كاليسكر تجدى فيه هذا الدواء  
Plasto-Scin

ياأسسة بطنطا :

العلاج المفيد لتكبير الثديين هو  
استعمال Plasto-Scin وتجديته  
فى الاجراخانات الكبرى بالقاهرة  
فقط .

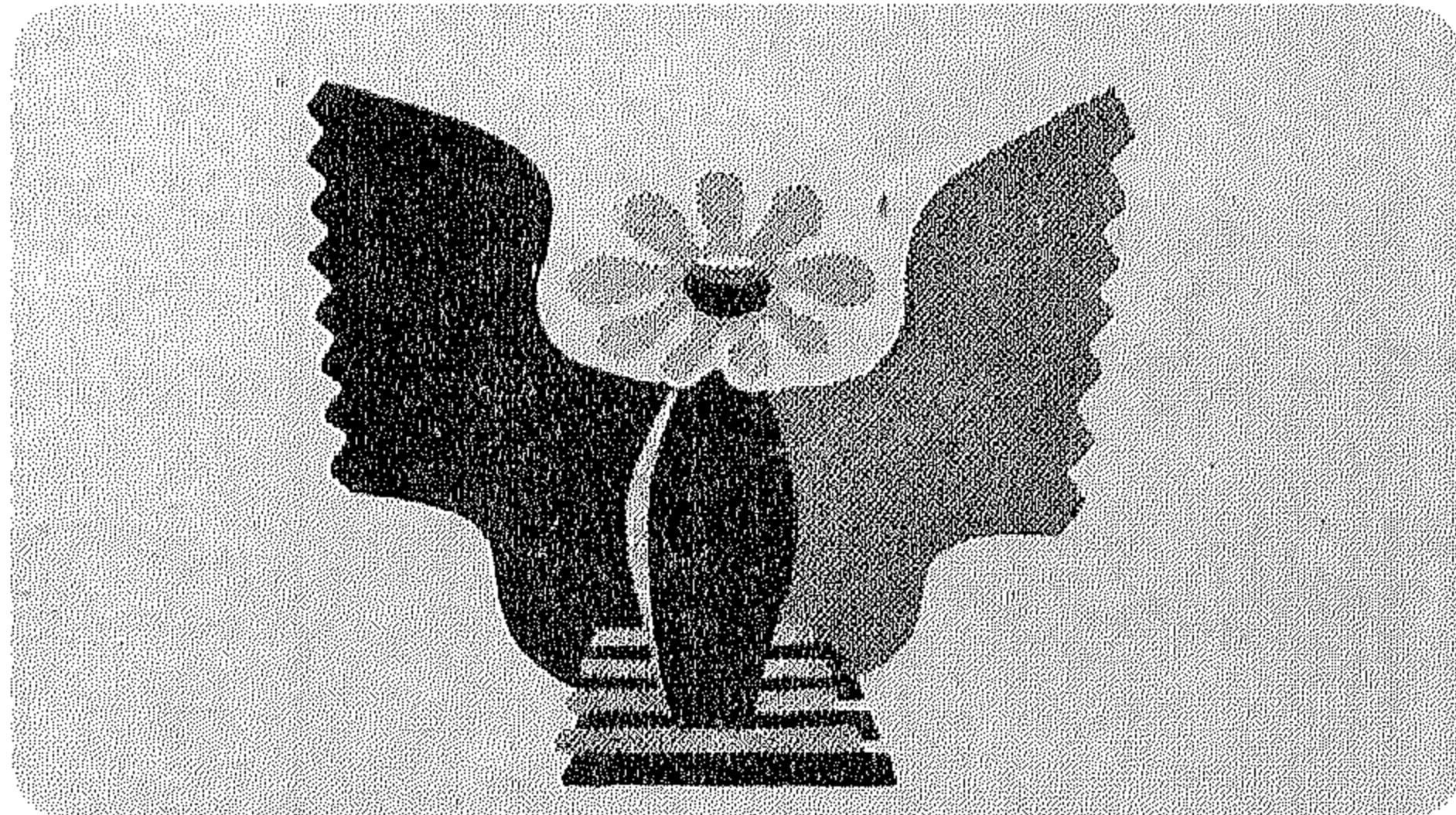
ن. م. س. الزعفران :

احسن طريقة لفرد الشعر الاكثرت  
هى عمل برماننت Défrisable

ع. ح. ن - دمنهور :

استعملى الكهرباء لازالة الشعر  
من وجهك كما اشار عليك الطبيب  
وهى ليست مضره بالجلد ولا تؤثر  
فيه .

## معرض المساكين والملايين



الذى سيقام فى مدينة براغ - تشيكوسلوفاكيا ابتداءً  
من يوم ٢٩ ابريل الى ١٣ مايو ١٩٥٦

معرض عام لجميع الاصناف التشيكوسلوفاكية والخاصة بالصيرة :

أقمشة للملابس والتنجيد - اُصنعية - لوازم للمودة - موبيليات  
جميع لوازم وادوات المنازل - اكواب - صينى - تحف فنية  
لوازم الرياضة - لعب - جميع الاصناف اللازمة للمطبخ

براغ - تشيكوسلوفاكيا

٢٩ ابريل - ١٣ مايو ١٩٥٦



**المحررة :** حولنا شـكـوالـه على  
المختصين بوزارة الصحة . وفي  
انتظار الافادة . وسنكتب لك  
بمجرد وصولها .

**اسمة رشيدة حسن - مصر الجديدة:**

تقول ان لدى شقيقتها مجموعة  
كاملة من مجلة بنت النيل وتنقصها  
بعض الاعداد وتسأل هل يمكن  
ارسالها لها ؟

**المحررة :** توجد هذه الاعداد  
بادارة المجلة ويمكنك طلبها نظير  
مائة مليم عن كل نسخة .

.. تأثيرا سيئا .. وما دامت ابنتك  
ودلت الى هذا السن بلا ختان ..  
فلا مانع من تركها هكذا ..

**دكتورة هدايت - بالاسكندرية :**

تطلب مساعدتنا فى اسستيزاح  
اسباب تأخر استدعائها لاستلام  
العمل كطبيبة اسنان حتى الان بعد  
ان تم تقديمها مسوغات التعيين  
ونجاحها فى كشف القمسيون الطبي  
.. ووعدها باستدعائها للعمل ..

## بين المرأة والقائىات

**ام حائرة بالسويس :**

تقول ان عندها - ابنة عمرها  
عشر سنوات ولم تجر لها عملية  
الختان حتى الان وتسأل هل الاصح  
ان تبادر باجراء هذه العملية للفتاة  
.. ام تتركها بلا ختان ؟

**المحررة :** لقد أثبت الطب  
الحديث ان ختان الفتيات يؤثر فى  
مستقبل أنوثتهن وعلاقتهن الزوجية

**نوال . ١٠ طنطا :**

هذه الحبوب طبيعية بالنسبة  
لسنك ويلزم لازالته تناول بعض  
الحبوب لتنظيم الدورة الشهرية .  
تناولى أقراص تحتوى على مانيزيا  
وكبريت عامود بودرة . ويستطيع  
اى صيدلى تحضير هذا الخليط  
بالصيدلية وتناول هذه الاقراص فى  
حدود ١٠ اقراص فقط .

**ف.م. الفشن :**

لصبغة شعرك استعملى صبغة  
اوريال حسب اللون الذى تريدينه .  
فهو اثبت صبغة ولا تؤثر على الشعر  
ونموه .

**ثريا حسن احمد :**

الرجاء ارسال خطاب واضح  
باسئلتك .

## سكن المنزل

**السيدة سميرة . ف. منيا القمح :**  
فستان وقع عليه شراب مانجو  
يوضع مكان البقعة على قماش سميك  
ثم يغسل مكان البقعة بماء غزير  
ثم يجفف ويترك ليحفظ تماما .  
وحذار من كيه والبقعة ميتلة كما  
يمكن غسل الفستان بالطريقة  
الصحيحة ثم شطفه بوضع قليل  
من السبرتو الابيض فى ماء الشطف  
ليعطيه اللعان المطلوب .

**القائمة الدائمة م.ح. ١٠ :**

ما هو الا حدث والافضل لسرير  
العروسة هل هو طقم السرير أم  
تعليق تابلوه جميل فقط . الافضل  
هو طقم السرير لانه يعطى بهجة  
للحجرة ويستحسن ان يكون من  
المركزيت المشجر من لون واحد .

**سعاد احمد - بريد العدو :**

تريد اشكالا مختلفة لغرز التريكو  
.. اننا ننشر ونشرح غرز التريكو  
فى المجلة شهريا واذا اتبعت ما  
نشره بانتظام تحصلين على ما  
تريدين اما كتاب التريكو الذى  
ترغبينه فهو كتاب فن التريكو لهنا  
مغيب .

**سمية . قويسنا :**

تريد نشر فستان تريكو لطفلة  
عمرها سنتين . سننشر لك فستان  
التريكو فى عدد قادم قريب .

## الاجابة الصحيحة

١ - ١٢ سنة

٢ - فى جنوب افريقيا

٣ - هضبة الدكن

٤ - صحراء تار شمالى غرب  
شبه الجزيرة .

٥ - المنبوذين





# المرأة المصرية أصلح لوظائف السكرتيرة من الرجال أتوقع تفوق النساء في مسابقة « الآلة الكاتبة » حديث الأستاذ بهير انسى نائب مدير البنك البلجيكي بمصر

رفض تغير هدفها كلية أما اذا وافق يكون ذلك بمعاونة زوج كريم لا تكفى مكاسبه للعيش في مستوى معين يرتضيانه . أو يكون ذلك لاشباع رغبة استقلالية خاصة في نفسها . وهناك أيضا حالة من تهمل المناسبات والظروف التي قد تجد فيها زوجها وذلك اخلاصا منها لعملها ويكون صاحب العمل في هذه الحالة هو الرابع عادة رغم اعتقادي أنه قد يكون أسعد اذا رآها تبلغ هدف جنسها أى أن تكمل مجهوداتها بانسحابها المنظم الى بيت الزوجية .

وعندنا نسأله - هل أنتم ضد فكرة وصول المرأة الى أهم المراكز في مهنتها ؟

فأجاب - لست رجعي في هذه المسألة ولكنى أصارحك اننى من أنصار التعاون التام بين الرجل والمرأة على أن يتفهم كل منهما المهمة المكفولة له . فقوانين الطبيعة وحفظ الجنس يحتم أن يكون لكل من الرجل والمرأة هدف مستقل ولكن رغم تباين الهدفين فهما يجتمعان في نهاية واحدة الا وهى التكوين والاستمرار . . المجتمع للرجل فيه نصيب العمل الشاق الجنسي والذهنى والمرأة فيه نصيب العمل الأقل ارهاقا وعلى الاخص العمل الخلقى . فقد خلق الله المرأة لتكمل الرجل ولتسهر على استمرار الجنس ولكن هذا يبعدنا كثيرا عن موضوعنا الاصلى .

وسأله - الا تعتقد سيادتكم أنه يجب أن تزداد وظائف السكرتارية دائما الى السيدات ؟

فأجاب - نعم بالتأكيد أرى أن هذا العمل يتفق ووظيفة المرأة غير أنه لا يستوجب أن تستأثر به . فالمرأة بطبيعتها لطيفة المعشر مبالغة الى النظام حليمة . طبعي ان الرجل يستطيع القيام بهذا العمل على أنه كما سبق أن ذكرت يحسن قيامه بعمل آخر يدعو الى جهد أكبر .

فسأله - ما هى الصفات المطلوبة فى السكرتيرة المثالية ؟

فأجاب - فى دنيا الاعمال مطلوب من السكرتيرة أن تكتب ما يملئ عليها بسرعة ١٠٠ كلمة فى الدقيقة ثم تسجيل ذلك على الآلة الكاتبة بسرعة ٤٠ كلمة فى الدقيقة بدون اخطاء املائية مع مراعاة قواعد الذوق فى التنسيق كما يجب عليها مع مضي المدة الشغور على تحرير

ففى أيامنا هذه تظهر أهمية المكتب التجارى بما يحتويه من آلات كاتبة تنفذ العمل وتسطر الجداول والاحصاءات وتصدر النشرات بهذا النظم المستمر الهادى الذى يجعلك تفوق فى جو العمل بحمية ومهارة وأصبحت كذلك الحاجة ملحة الى المهرة من المجددين فى استعمال هذه الآلة فكان اختيارهم ضمن من توفر لديهم الكفاءات الخاصة فى هذه المهنة . فالواقع أن كل خطاب ما هو الا بطاقة ترسلها المؤسسة الى العميل وكل جدول تزيد فائدته كلما ازدادت وضوحا تماما كالبيان أو كائى آلة موسيقية أخرى لا يكفى أن تحرك أصبعك عليها لتسمع أنفادها بل يجب أن تكون لديك أيضا الاذن الموسيقية والاحساس بالجمال والصبر والتمرين عليها ونفهم ما قصده واضع القطعة الموسيقية مثلا كذلك الامر بالنسبة للآلة الكاتبة يجب العمل عليها باجادة وسرعة وهذا يستلزم تفهم مدى أهمية العمل الذى تؤديه عليها .

سيقتصر الامر هذا العام على مسابقة للسرعة لتبين لكل من يهمه هذا الفن مدى ما يمكن الوصول اليه فى هذا المجال بفضل التمرين الدائب والخبرة فى العمل وفى السنين القادمة سنهتم بالشكل والتنسيق ثم بالتصرف وبعدها بالاختزال واستعمال الآلة الكاتبة الكهربائية والالات الحاسبة الخ .

فعدنا نسأله - أتشجع سيادتكم الانسحاب بالالتحاق بهذه المهنة ؟

فقال - بكل تأكيد فقد أثبتت الايام أن هذا العمل يجب أن يسند دائما الى العنصر النسائى فمسن الطبيعى انه اذا عهد الى المرأة بهذه المهمة فستطيع الرجل أن يهتم بأعمال أكثر صعوبة ومسئولية من المفروض عليه تحملها بطبيعة مركزه فى المجتمع .

فطموحو وهو شاب ثم وهو رب عائلة يجبره على تسليق الدرجات فى أقصر وقت ممكن فى حين أن المرأة التى لا يقل طموحها عن طموح الرجل الا أنها تهدف الى غاية نهائية أخرى بطبيعتها فهى تبدأ وهى إنسة بشغل وقتها بالعمل لتكسب مرتبا يعاونها على احتياجاتها الخاصة ومصروفها العادى ثم تتزوج فتستمر أو لا تستمر فى العمل حسبما يترأى الامر لزوجها فاذا

عندما سمعت عن تنظيم مسابقة لبطولة الكتابة على الآلة الكاتبة بمصر ، ولأهمية هذا الموضوع ، بالنسبة للعنصر النسائى خاصة فقد اسرعت للحصول على حديث من منظمى هذه المسابقة .

وقد توجهنا الى السيد الاستاذ محمود بهير انسى نائب مدير البنك البلجيكي والسدولى بمصر المشرف على هذه العملية وبسؤاله أوضح لنا أن الشعبة المصرية للجمعية الدولية للتعليم التجارى والتي أنا عضو بها هى التى نظمت هذه المسابقة بمعاونة جريدة البروجريه اجيبشيان .

فسأله - هل يمكنكم اعطاؤنا فكرة عن أهداف هذه الجمعية ؟

ان شعبتنا فرع لهذه الجمعية حكمها حكم الشعب الاخرى الاهلية فى مختلف بلدان أوروبا وأمريكا والعضوية فى الشعبة تتضمن فى نفس الوقت العضوية فى الجمعية الدولية وتتلخص أغراض الشعبة فيما يلى :

أ - تقوية التعليم التجارى ونشر الثقافة التجارية فى مصر .

ب - تشجيع التعاون بين التائمين على شئون التعليم التجارى ودوائر الاعمال .

ج - الاتصال الدائم باللجنة المركزية للجمعية الدولية للتعليم التجارى والاشتراك فى أوجسه نشاطها وكذا انشاء الروابط بالهيئات الاخرى التى تهدف الى نفس الغاية .

ويمكنكم بسهولة ادراك مدى المجال الذى يهيمن عليه نشاط جمعيتنا والتى يجذب خاصة العنصر النسائى الذى بدأ يحتل مكانا واضحا فى هيكل المؤسسات التجارية والصناعية والمصرفية أقصد الكاتبات على الآلة الكاتبة والمختبرات والسكرتيرات .

فسأله - اعتقد سيادتكم أن البطولة قد تكون من نصيب العنصر النسائى ؟

فأجاب - الامر فى غاية البساطة وقد أصبحت أهمية الآلة الكاتبة فى أى مكتب محترم هى نفس أهمية قلم الحبر لكل انسان مثقف فقد انقضى الوقت الذى كانت تنسخ فيها السجلات بخطوط غير واضحة وفى ساعات طويلة كما أصبح من الهزل استعمال البالوزة فى نقل الصور التى يحتاجها الارشيف .

كورس

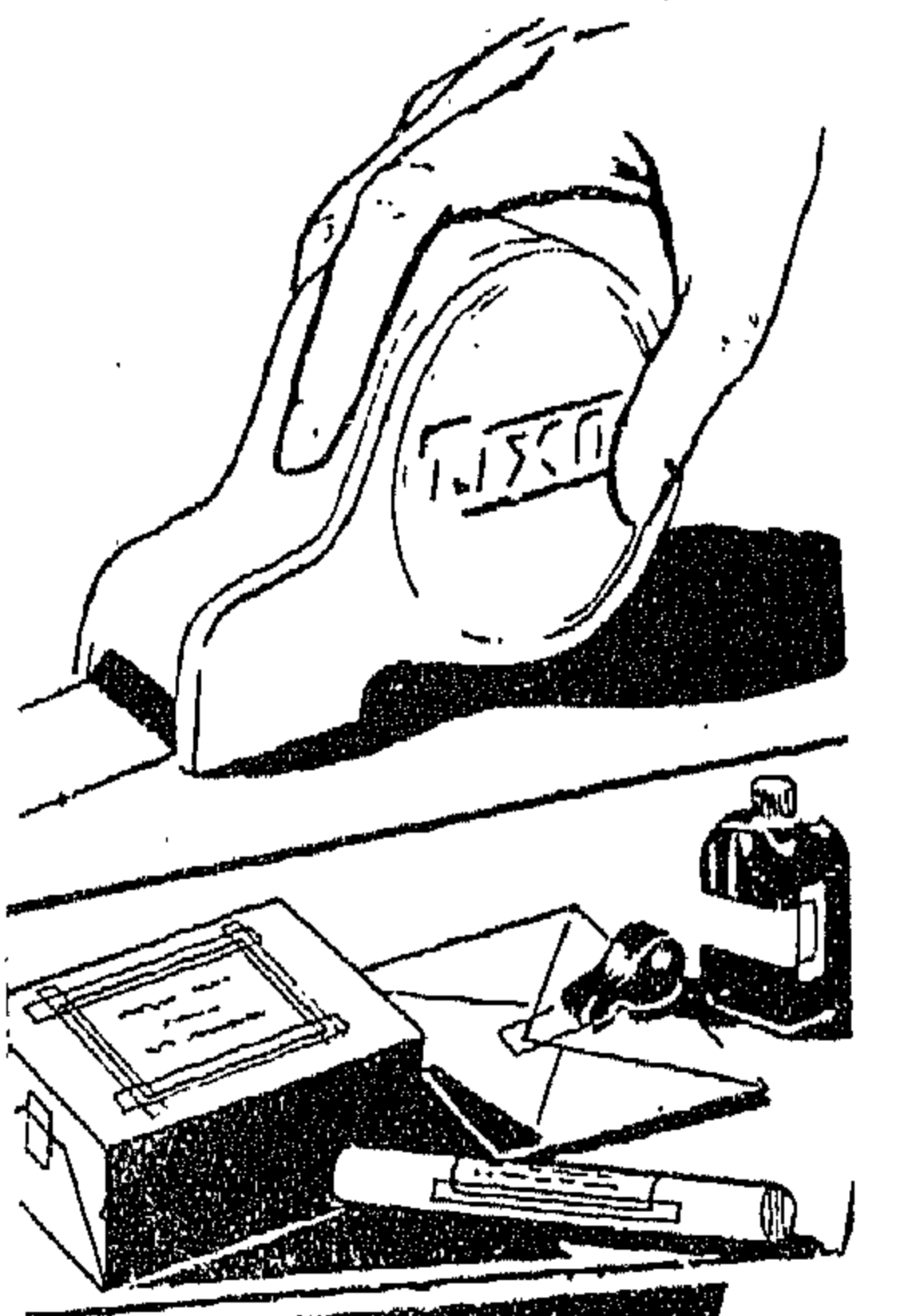
كربون - شريط آلة كاتبة  
تسجل السكرتيرة الماهرة



Kores

كيسر

باصى بجورالامس



Tixo

حزم الطرود

لصق الخطابات

تشبث بطاقات الزججات

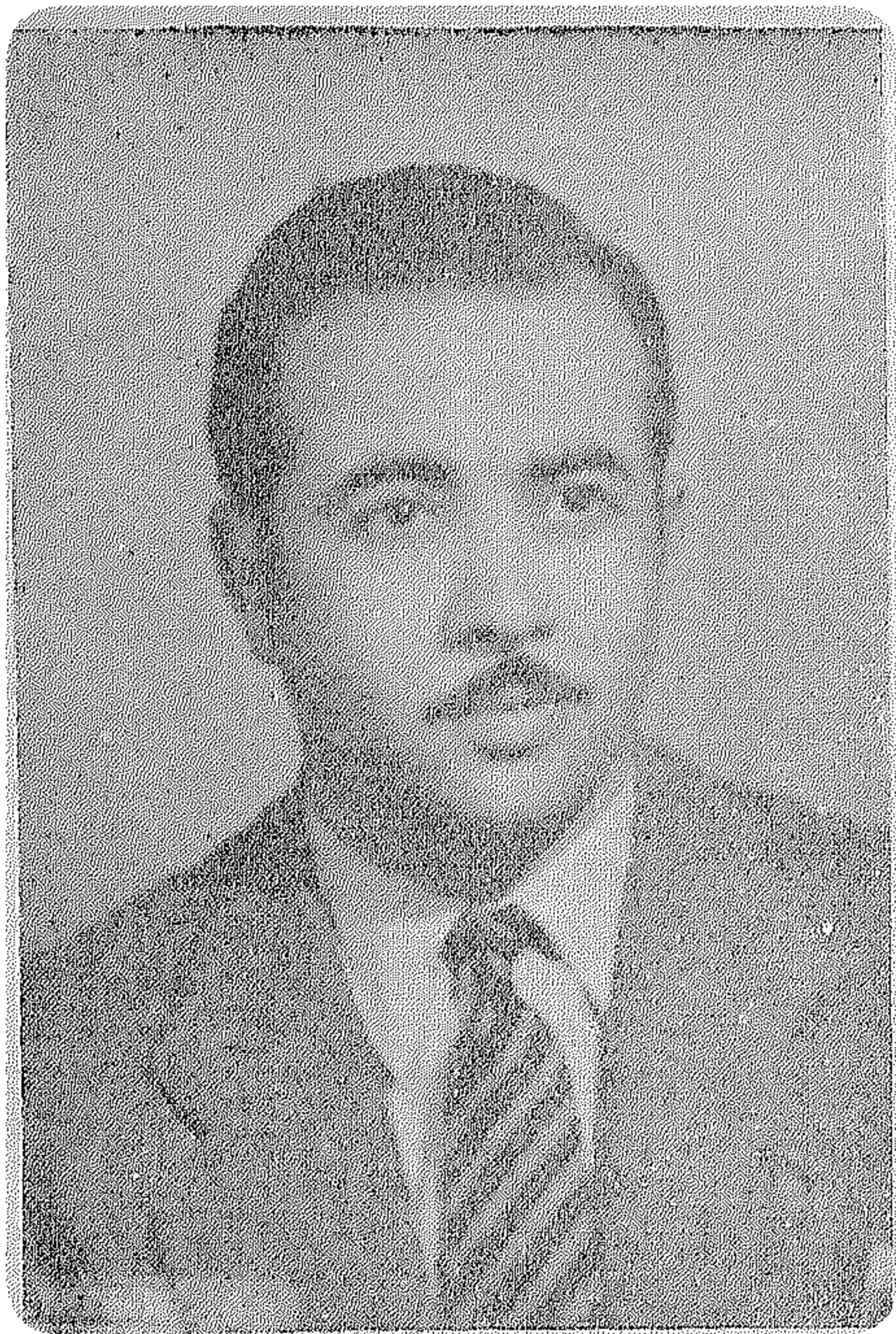
لحام الاسلاك الكهربائية

تجميع البطاريات

يخص فى المال على الزواج والعقارات والكتب  
والنايوت والورق ... الخ

تسليم المودل على تيكسون جميع المطابع والبريد





الاستاذ بهير انسى

الادارة وأخرى لتقنين فن البيع وعلاوة على ذلك فانها تشجع بجميع الوسائل استخدام أحدث الطرق فى اختيار الموظفين والموظفات وتعيينهم بالوظائف التى تناسب مؤهلاتهم وذلك عن طريق التوجيه والتدريب المهني الذى أخذت أكبر البيوتات المالية بتطبيقه منذ عام ونصف وبدأت تجنى ثمرات هذه الجهود .

النجاح فى العمل هو راحة الموظف فاذا فكر صاحب العمل فى تركيب تكييف الهواء مثلا والاهتمام بالمقاعد والاتصال الداخلية فسيشعر الموظف باحترام لكرامته من فائدة مباشرة وغير مباشرة من جراء السمعة الطيبة الآتية من داخل مكاتبه عن طريق هؤلاء الموظفين

ومن الخارج من الدعاية التى يقوم بها عملاؤه - والذى نأمل من وراء إقامة هذا المعرض السنوى يضحى السارضون به مبالغ ضخمة أن يقوم بزيارته أكبر عدد ممكن من الموظفين والموظفات حتى يلموا بجميع ما سيحويه من الات وأدوات ومعدات ويصبح بذلك حاضرا فى ذهنهم أن هناك مجالا للتقدم كلما سنحت الفرصة وسمحت المالىة بشراء احدى هذه المستحدثات فيكون لزاما عليهم فى هذه الحالة الإلحاح على صاحب العمل مع اقناعه بشراء ما يلزم .

فسألناه - هل هناك مشروعات أخرى ؟

فقال - نعم فان الشعبة المصرية للجمعية الدولية للتعليم التجارى تنوى انشاء مدرسة لسكرتاريات

غير تبرج . وأن تكون طباعها هادئة بحيث تتحمل تعليمات رئيسها دائما ضاحكة تخسدم رؤساءها متواضعة مع زملائها ومرؤوسيه - محبة للنظام - رصينة - جريئة فى عملها على أن يكون ذلك فى الحدود المسموح لها بها .

فسألناه - هل يمكنكم اعطاءنا بعض معلومات عن المعرض الثانى للمكتب الحديث ؟

فقال - هذا المعرض سبق إقامته فى سنة ١٩٥٣ وقد كان له طيب النتائج والغرض الحقيقى منه هو رفع مستوى العمل فى المكاتب عن طريق عرض أحسن وأحدث ما وجد فى الاسواق المحلية والخارجية من مهمات تستعمل فى المكاتب ويزيد من تلقاء هذا الاستعمال الكفاية الانتاجية فمن المعانوم أن أحسن الجيوش فى العالم تطمع فى التسليح - ان كان ذلك لغرض الدفاع أو الهجوم - بأحدث المخترعات فمن ناحية الموظف نفسه ، فان استعماله الات الكتابة والجمع والحساب الحديثة يختصر من الوقت ويكون انتاجها دائما من النظافة والتنسيق ما يشجع الموظف أن يحاول دائما التقدم فى عمله وبالتالي يبدأ فى حب كل ما هو نظيف وجميل . ولا يخفى عليكم أن من أهم عناصر

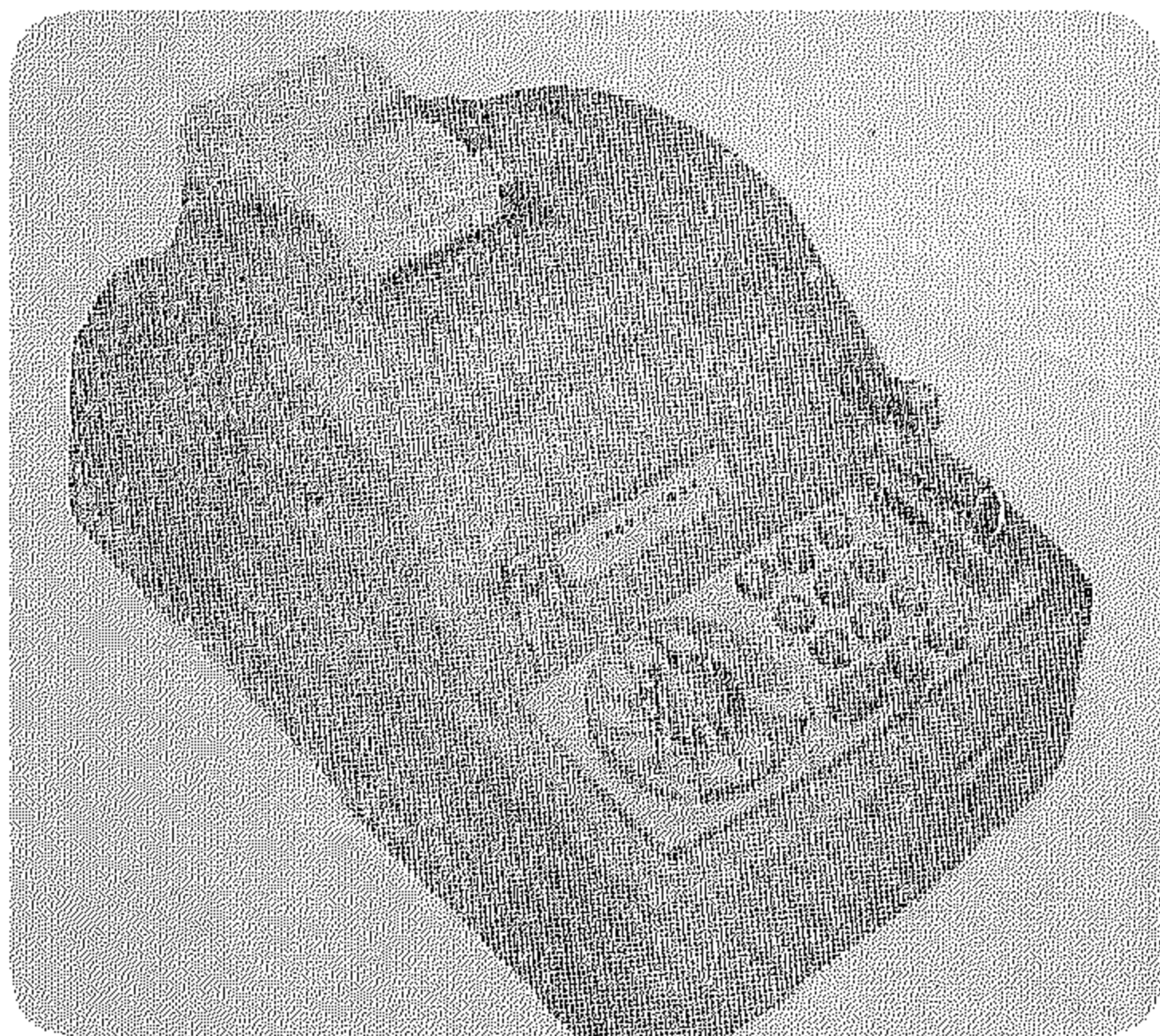
الخطابات على ضوء البيانات العامة التى تكون فى حياتها . وهذه المهمة تشمل ناحيتين ناحية ادارية وهى أنه يجب أن تكون مطلعة من رئيسها على الاعمال الجارية - أن تعد الاحصائيات - أن تلم بالموضوعات اللازمة لعمل رئيسها . والناحية الاخرى هى اتصالاتها الخارجية فيجب أن تكون لديها امكانيات نفسية لتستطيع مقابلة الزائرين - وأن ترد على المكالمات التليفونية وأن تدون المواعيد الهامة وأن تقوم بحجز التذاكر والاماكن لسفرياته وكافة الاشياء الاخرى بحيث يمكنها

أن ترفع عنه الكثير من هذه المشاغل الصغيرة حتى يمكنه تركيز ذهنه فى الاعمال المهمة المثمرة . ويجب عليها بالانحصار التطبع بشخصية رئيسها وتفهم ما يلزمه وهذا لا يعنى تلاشى شخصيتها فان مهمتها تنفيذية قبل كل شيء . فهى التى تترجم أفكار رئيسها ويجب عليها أن تعاونه معاونة وثيقة فى عمله .

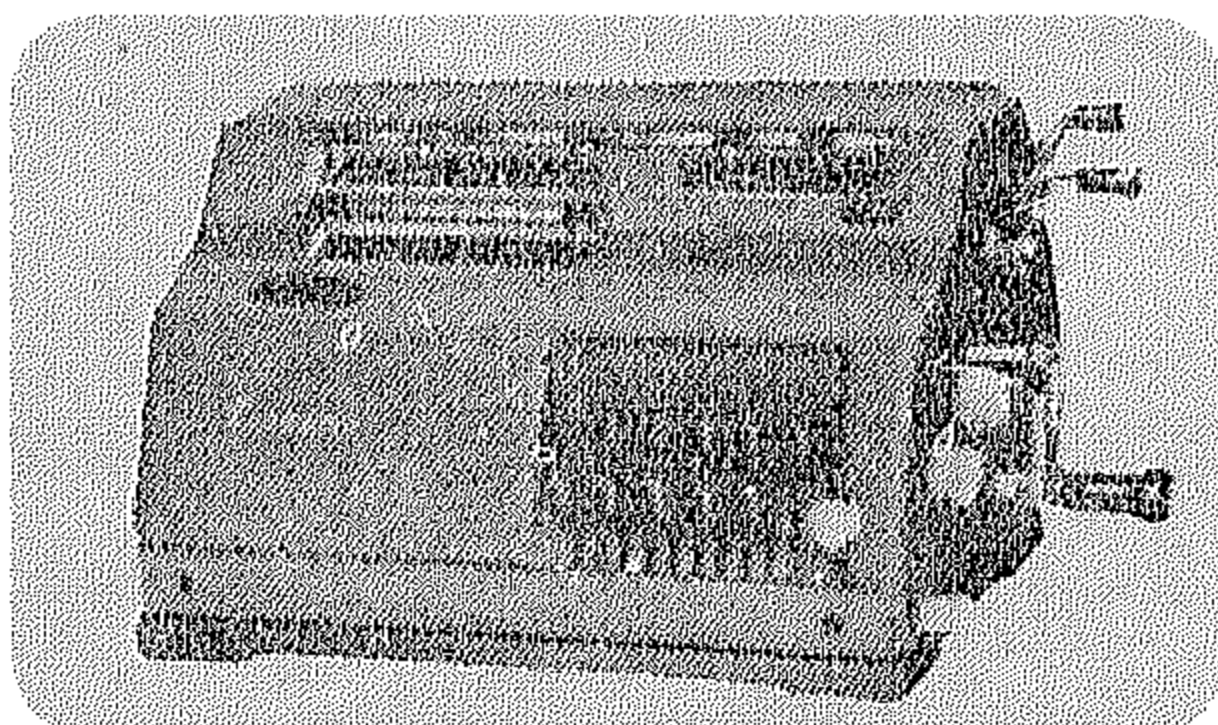
فسألناه - ماذا يجب أن تكون عليه السكرتيرة ؟

فأجاب - أراها حسنة الهمام دائما أسنانها وأظافرها نظيفة لا تستعمل كثيرا من المساحيق على أن يكون شعرها مرتبا وانيقة فى

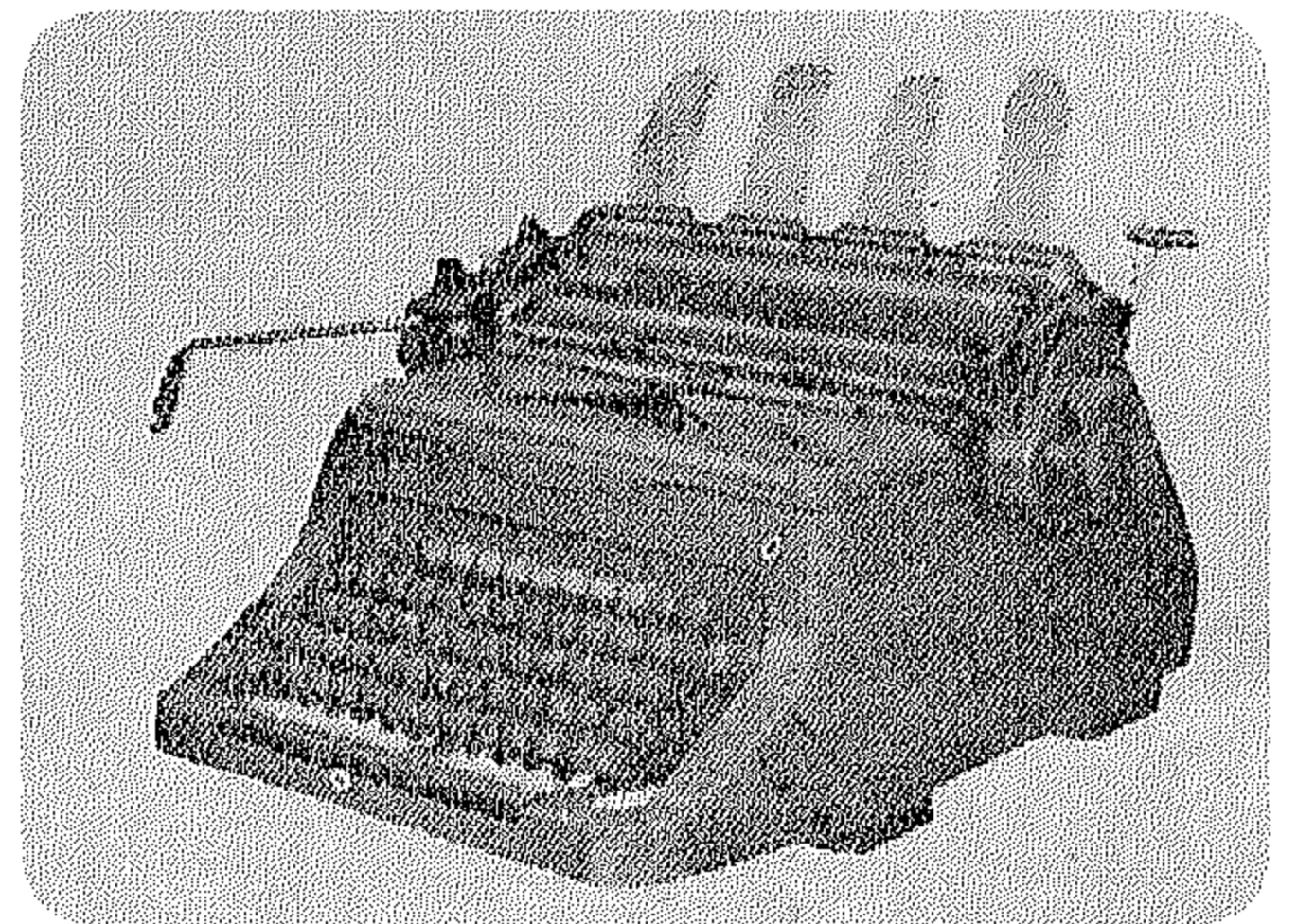
## آلات كتابة وحاسبة ايفرست Everest



مولانا ابيد « ايفرست »  
الماكينة الحاسبة التى تسجل الأرقام  
على شريط - أسرع ماكينات  
حاسبة وأرخصها ثمنًا .



ماكينة الجمع اليدوية « ايفرست » Z. 5  
للعمليات الحسابية الدقيقة ويمكن  
استعمالها للجمع او قسمة



ماكينة الكتابة « ايفرست »  
ذات تصميم حديث . انيقة  
ومستينة - تعطى نتائج رائعة

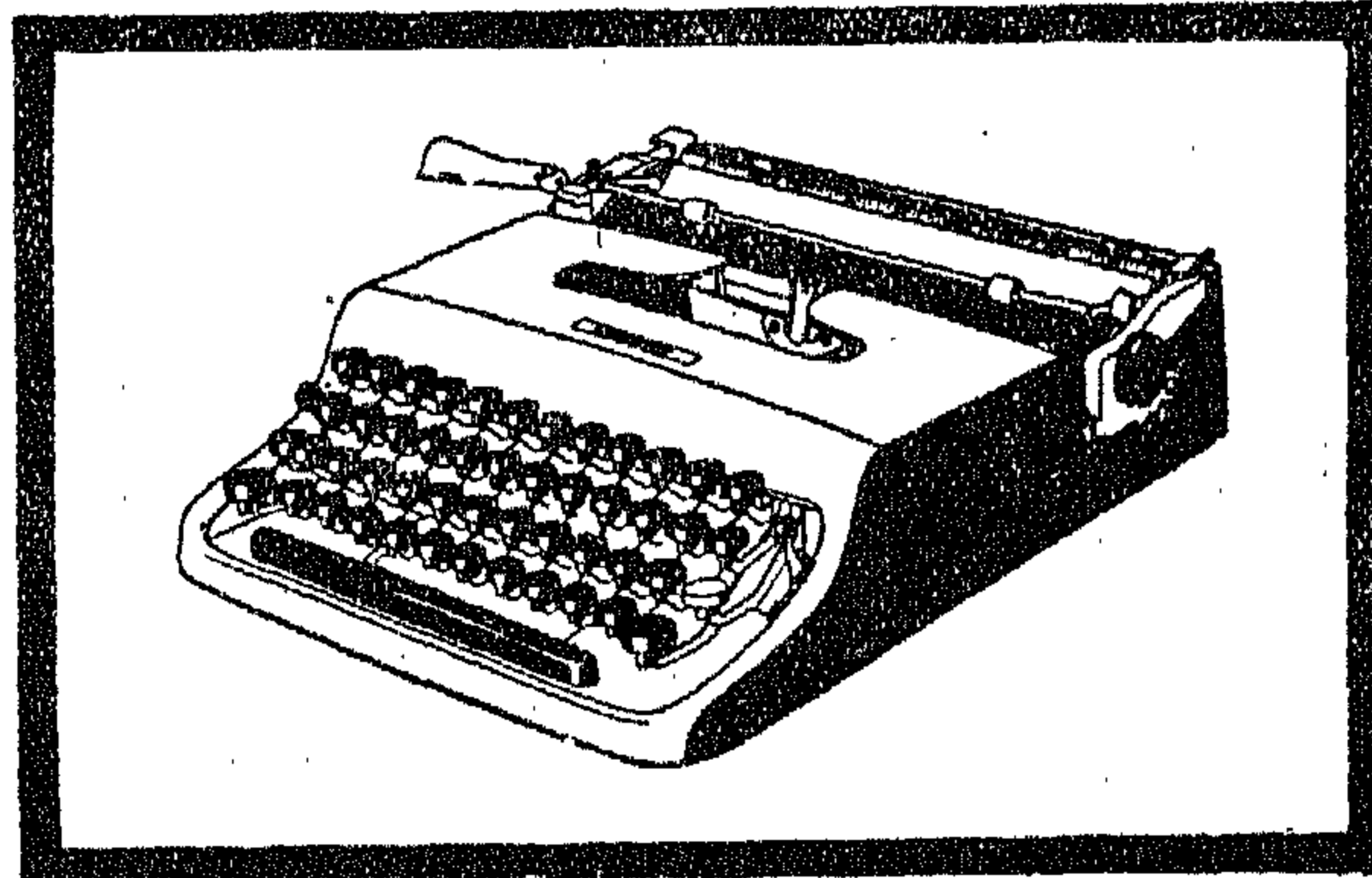
الوكلاء الوحيدون للمقطر المصري : **إدفا وشركاه** ٢٩ شارع عبدالقادر شريف ، ٥٩٩٦٤



أوليفتي



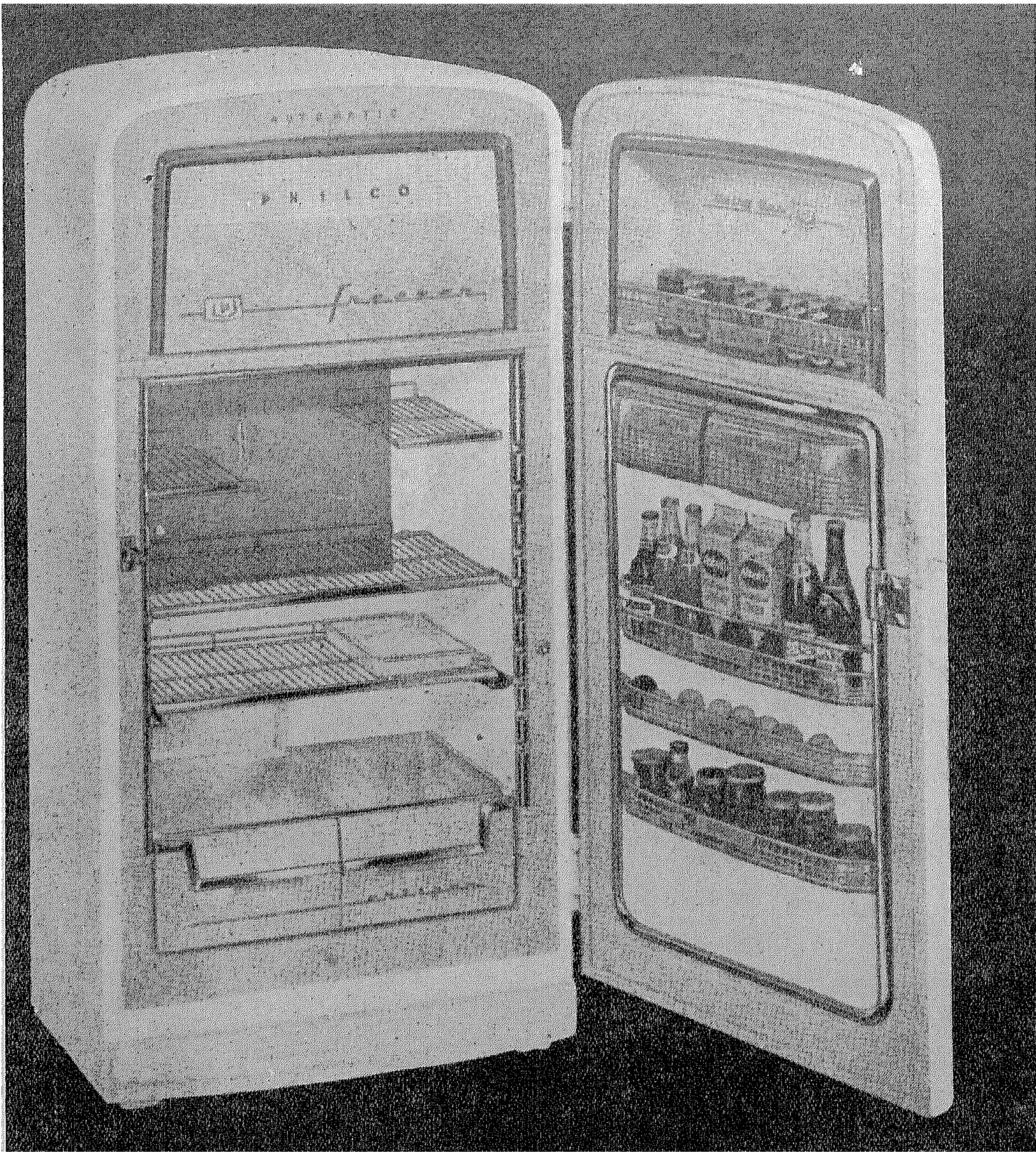
ماكينة الكتابة اوليفتي ( شنطة )  
تستعملها أنت وابنك وزوجك  
وأصدقائك  
تنعكس شخصيتك على ما تكتبه  
عليها من خطابات لما تمتاز به من  
تنسيق وترتيب ووضوح



Olivetti Lettera 22

م. ل. فرانكو وشركاه  
وس. نيتو وشركاه (خلفاء)  
القاهرة : ٢١ شارع عبيد  
الخالق شروت  
الاسكندرية : ٨ شارع فؤاد





مميزات  
عديدة  
في  
الموديل  
الجديد

السلافة التي لا تضاهيها في المزايا  
أيضا تلاعبة كهربائية أخرى

# فيلكو



الوكلاء الوحيدين  
بالقطر المصري  
شركة وادي النيل للهندسة والبناء

١٥ شارع ألفي بك بالقاهرة ٥٣٦٠٤ - الألكندرية ٤٦ شارع صفية زغلول ٣٠٥٩٤  
ودى الموزعين المعتمدين في جميع أنحاء الجمهورية



مع

# هدية فاخرة تقدمها لك "بنت النيل" مجانيًا

اكتب اسمك  
وعنوانك

على هذا الكوبون  
لتفوزي بأهدائها

آخر موعد  
لارسال الكوبون  
يوم ١٥

كوبون هدايا بنت النيل

الاسم .....

العنوان .....

## الفائزات بهدايا بنت النيل

( بقية ص ٨٢ )

هبة عرفان بالاسكندرية - سرية  
فوزى بالاسكندرية - حرم  
مصطفى جواويش بالزقازيق -  
مدام بنية تاووس بالاسكندرية  
بشينة ابو الرحب بكفر الدوار -  
مدام فؤاد ابراهيم بطنطا - نفيسة  
احمد شلبي بالمنصورة - نفوسة  
محمد فهم بالاسكندرية - حرم  
ابراهيم الراكشي بالاسكندرية -  
فوزية على محمد بسوهاج - وطنية  
محمد عبد الرحيم بقطون - ايفون  
توفيق خليل بطنطا - محمود علي  
شلبي بنى سويف - سعد  
احمد هوله بالسلقون - ليلى  
انيس يعقوب بالفكرية - فتحة  
كردوس بكفر الشيخ - حرم عبد  
الرعوف عفيفي بكفر الشيخ -  
فايزة مسعود بقلوب - خديجة  
احمد ابو الحمد بالاسكندرية -  
حرم سعد صادق بالمنصورة - ليلى  
احمد داود بالاسكندرية - ابتسام  
زكريا صالح بطنطا - ثريا الراقى  
بالاسكندرية - أميمة عون بالمحلة  
الكبرى - سعد اسماعيل سامي  
بابو قرقاص - اسماء احمد فؤاد  
بطنطا - حرم فيليب جسدان  
بمنية النصر - فايزة السيد حامد  
بالاسكندرية - حرم حسين المصرى  
بكفر الزيات - فكروزه كمال عماد  
بميت غمر - حرم عبد الرحمن  
حسن بكفر الزيات - حرم عبد  
المنعم مرقس بسوهاج - زينب  
حلمى بالاسكندرية - فوزية كامل  
ببوش - سامية حجازى بقويسنا -  
فوقية ابو دراع ببور سعيد -  
درية محمود لهيطة ببور سعيد -  
ليل عباس بالعباسية - سوسن  
حسن بيومى بالمحلة الكبرى -  
عزة الغندور بالاسكندرية - حرم  
محمد توفيق زكى بالسويس -  
ثريا احمد بنى سويف - عليه  
جلال رواقه بأسسيوط - ام كلثوم  
الغندور ببلقاس - سميحة شوقي  
بالزقازيق - ماري برهومة بهيا  
شرقية - حرم كمال السماحي  
بالفجالة - منيتس فرج بحدائق

بالاسكندرية - حرم عبد الرحمن  
السعيد بشاية - محروسة دكرورى  
بدفنو - تومس الحسينى بالاقتصر -  
حرم محمد توفيق بأسسيوط -  
فوزية احمد محمود بالاسكندرية -  
حرم عبد الحميد متولى بالمعيا -  
فاطمة مختار بأسوان - حرم عبد  
الحميد الجندي بسنورس - ملك  
الشتناوى بالمحلة الكبرى - مدام  
أسعد الفخراني بجرجا - حرم  
سعيد ربيع بأشمون جريس -  
فلوره عبد الشهيد بأسسيوط -  
زوزو البرنوفى بالقوادية - فاطمة  
حسنيين بعزبة البرج - ماري  
عوض الله بطوخ دلوك - حرم  
احمد فؤاد ببها - كريمة زكى  
ملك بالاقتصر - حرم فايز المصرى  
بالاسكندرية - حرم عبد العزيز  
عبد بالنيا - هنية نصيف بولس  
بالاقتصر - حرم صبحى محمد علي  
بالسويس - أمال عاشور  
بالاسكندرية - فردوس عشم  
بالفيوم - نجوى العنديل بالعراق  
فوقية مشهور بمينا القمح - ليلى  
عبد المنعم بسوهاج - تفيده الصوان  
بطنطا - ماجدة ابو الفار بشبين  
الكوم - كرستين حرتوشى  
بالسويس - نوال كاظم بنى  
سوييف - نوال مرعبي بالسويس -  
نجيب عبد الملك بالاسماعيلية -  
فاطمة الغنام بالاسكندرية - اعتدال  
نجم بالتل الكبير - هناء حمدي  
بطنطا - أمينة محمود بالمنصورة -  
عايدة محمود عثمان بالاسكندرية -  
انطوانيت غبريال بطنطا - روحية  
احمد بنجع حمادى - نعمت  
الخشاب بكفر الشيخ - عايدة  
القطاطى بالاسكندرية - سعد  
ادم بالسويس - فاطمة ابراهيم  
بالاسكندرية - نبوية الجييد  
داود بطنطا - كاميليا اسعد  
بالفرون - ليلى ابوالعز بفارسكور  
سلوى العوضى بطنطا - حميدة  
لاشين بالواسطى - سوزان صالح  
بدمهور - منيرة العشمواوى  
بالفيوم - خاطر الباجورى  
بالاسكندرية - فتحة سالم بكفر  
الزيات - ميمى على ابراهيم  
بالسويس - عواطف محمد توفيق  
بالاسكندرية - صفية احمد الزكى  
بمنية النصر - فاطمة عبد المعطى  
بدمياط - حرم سعيد عبد اللطيف  
بالزقازيق - فوزية عبد الباقي  
ببور سعيد - خديجة عويس  
بالاسكندرية - فهميه الدالى  
بالسويس - حرم خليل سيد  
احمد بالمنصورة - عطيات محمد  
باسيوط - فريدة ابراهيم كزار  
ببولاق - ثريا عبد الحافظ بشبرا

بنت النيل

مجلة نسائية اجتماعية أدبية  
تصدر أول كل شهر

صاحبها ورئيس تحريرها

الدكتورة درية شفيق

العدد ٤٨١ - شارع قصر النيل - القاهرة

تلفون ٤٩٦٦٨ - ٤٠٦٨٤

الطبعة السنوية:

١٠٠ في مصر والسودان

١٥٠ في البلاد العربية

٩٠٠ في الخارج - أرمينيا



الجديدة - فايزة عبد الرازق  
بعابدين - وداد توفيق بالروضة -  
مارى نافورى بالقاهرة - عواطف  
نصر بعابدين - حرم طلعت سعيد  
بشبرا - زينب محمود طه بالجيزة  
عزة حلمى بالجيزة - فوزية رؤوف  
بعابدين - فاطمة سعيد بالدقى -  
سميرة ابراهيم الزيتون - قمر  
ابراهيم بالزيتون - حرم محسن  
عوف بمصر الجديدة - توحيد  
جاويش بالمنيرة - سهير السمرى  
بالروضة - دلال محمود بالمعادي -  
مدام حكمت فرام بالحدائق -  
سوسن زكى بالجيزة - ميسرة  
صبرى بمصر الجديدة - بهية  
اليشوطى بمصر الجديدة - شمس  
فايد بالحدائق

بالمعادي - جلوريا شلى بشبرا -  
زينب سامى بعابدين - لى سعيد  
زكى بالحدائق - أمال الشلقسانى  
بمصر الجديدة - حرم حسن رشوان  
بعابدين - حرم وديع يعقوب بالظاهر  
منى أبو زيد بروض الفرج - نورا  
نجيب بشبرا - تهانى دياب بالمنيرة  
وفاء ضياء محمد بمصر الجديدة -  
سميرة ذو الفقار بالجيزة - اليس  
مقار بشبرا - سعاد الجنسدى  
بالروضة - حرم احمد الحليم بالجيزة  
ايلين مرقس بالقلى - فهيمة ناشد  
بشبرا - زينب عبد الرؤوف  
بالسكاكىنى - فاطمة عبد الرؤوف  
بالزيتون - احسان جاد بالحدائق -  
ايمان جوده بالجيزة - فيفين عفت  
بعابدين - لى صبرى بمصر

عاطف رمسيس بشبرا - ثريا صلاح  
الدين بالعباسية - لى فهمى بعين  
شمس - فوزية الجمل بالمعادي -  
ايناس محمد حسن بالجيزة - فائقة  
رزق بشبرا - وسبينا عبد الله  
بمصر - مشيرة مصطفى بعابدين -  
حرم محمد حسن مرسى بمصر - حرم  
زكى منصور بمصر - نبيلة صالح  
بالعباسية - سعاد فؤاد بالسيدة  
زينب - مريم عمر صادق بالحدائق -  
نعمات كامل بالجيزة - منيرة موسى  
بشبرا - نعيان منسى ببيروت -  
سهيلة سامى بلبنان - فاطمة  
الزعيم بسوريا - فاطمة الخسان  
بالخليج الفارسى - خديجة الارناؤوط  
بدمشق - نجاة الزئبق بدمشق -  
نادية شاهين ببيروت - أمال السيد

القبة - تماضر حسن بشبرا -  
سهير العمري بمصر القديمة -  
هيلين عبده بالفجالة - صوفى منا  
لوبولو بمصر - هيلين حبيب بشبرا  
ايفيت فرعون بمصر - ماجدة سليم  
بمصر - روز عبد المسيح بمصر -  
اودث مرعى بمصر - عطيات صليب  
بشبرا - حرم يوسف عيسى  
بمصر - مارى عبيد بالحدائق -  
حرم عبد الرحيم صقر بعابدين -  
فيفى عبيد بمصر - حرم الهامى  
شاكر حسن بمصر - سعاد عمر  
الحمدى بباب اللوق - فاطمة  
سالم بمصر - سوسن زهسدى  
بالعباسية - زينب ندا ببحاردن  
سيتى - لواحظ شوقي بالعباسية -  
فايزة فريد بمصر - سميرة كامل  
بالزمالك - سوزان سعيد بشبرا -  
مارى عزيز بمصر الجديدة - رجاء  
فودة بمصر - عصمت خطاب بمصر -  
اولحظ عبد الحميد بالسيدة زينب -  
فوزية عبد السلام بمصر - حرم لبيب  
قلادة بشبرا - سكينه عبد الرازق  
بالمعادي - حرم عبد القادر فوزى  
بالعباسية - احسان حسين حسن  
بالحدائق - ثروت حسين حجاب  
بالروضة - جوليا مبرى بمصر -  
مريم حبيب بمصر - كاترين عزيز  
بمصر الجديدة - عطيات محمد  
بالعباسية - حرم كامل عطية بمصر  
الجديدة - انيسة عبد العال بشبرا  
سميرة توفيق بالحدائق - عايدة  
أمين بشبرا - ايلين عريان بشبرا -  
أمال شعبان بالجيزة - صفاء عطوة  
بالحدائق - سهام شريف بالعباسية  
ليل حسن بمصر - حرم حسن محمد  
بمنشية البكرى - صفية عبد الوارث  
بالروضة - عايدة حلمى بالدقى -  
فوقية مصطفى بشبرا - مارسيل  
عبد الله بالظاهر - الفت مسعود  
بالروضة - حرم على السلانكى  
بالمطرية - حرم عبد الحميد مصطفى  
بسرائى القبة - فائقة ظهران بروض  
الفرج - زينب هريدى بالعباسية -  
جانيت عطا الله بمصر - ادبث  
طرزيان بمصر - لى زعله بامبابة -  
سهام عبد الله بمصر - حرم حسن  
مأمون بشبرا - حرم على خرشيد  
بشبرا - سعاد محمد عمر بشبرا -  
فيفى كامل بعابدين - كريمة حسين  
بعابدين - الفبرا البان بالظاهر -  
فاطمة - فاطمة محمد الجردانى  
بروض الفرج - ففان عبد الرؤوف  
بالسيدة زينب - امال نوار بمصر  
الجديدة - فيفى العقاد بعابدين -  
فاطمة على عزت بالسبتية - أمال  
مصطفى محمد بالمغربلين - حرم  
محمود شامى بمصر - نانسية نور  
بالروضة - اسماء فريد بمصر  
الجديدة - فاطمة السيد خليل  
بشبرا - حرم يوسف درويش بمصر  
زينب خليل بالمنيل - كاميليا فهمى  
بالمعادي - فاطمة الشامى بشبرا -

راديو - ثبات - استودانت - جراموفونانت

# اشتر فيليبس فهو أجدر بالثقة



● للجودة  
● والخدمة  
● والضمان

أجهزة العرض السينمائي - راديو جراموفون

محطات ثلاثية - فيليبس - مراوح - ثلاجات وغسالات كهربائية

دقائق - أجهزة تسجيل الصوت - أجهزة أشعة - مهمات المستشفيات



## المرأة في الحياة الاجتماعية

( بقية ص ٧ )

### احتفال بانتصارات المرأة

احتفل اتحاد الجامعات بالاستاذة سهير القلماوى والسيدة أمينة السعيد بمناسبة جائزة الادب التي فازت بها الاستاذة سهير القلماوى وقبول السيدة أمينة السعيد عضواً فى مجلس ادارة نقابة الصحفيين .

### حفل فى نادى السيارات

أقام السيد محمد سلطان وحرمة حفلاً كبيراً بنادى السيارات خلال الشهر الماضى ، وحضر الحفل عدد كبير من سيدات المجتمع المصرى وبعض الاجنبيات .

### تكريم الامير

كان الامير عبد الله الجابر الصباح والاميرة قرينته موضع حفاوة المجتمع المصرى خلال الشهر الماضى ، فقد دعاهما الاستاذ محمود حسن رئيس نادى الجزيرة الى حفله غداء فى شقته الانيقة .

### الفتيات فى اعياد الشباب

واشتركت فى اعياد الشباب التي اقيمت خلال الشهر الماضى الفتيات المصريات وكان منظرهن فى العرض أو فى الالعاب التي قمن بها منظراً يشيد بما وصلت اليه الفتاة المصرية من تقدم ورقي .

### حفل فى السفارة الهندية

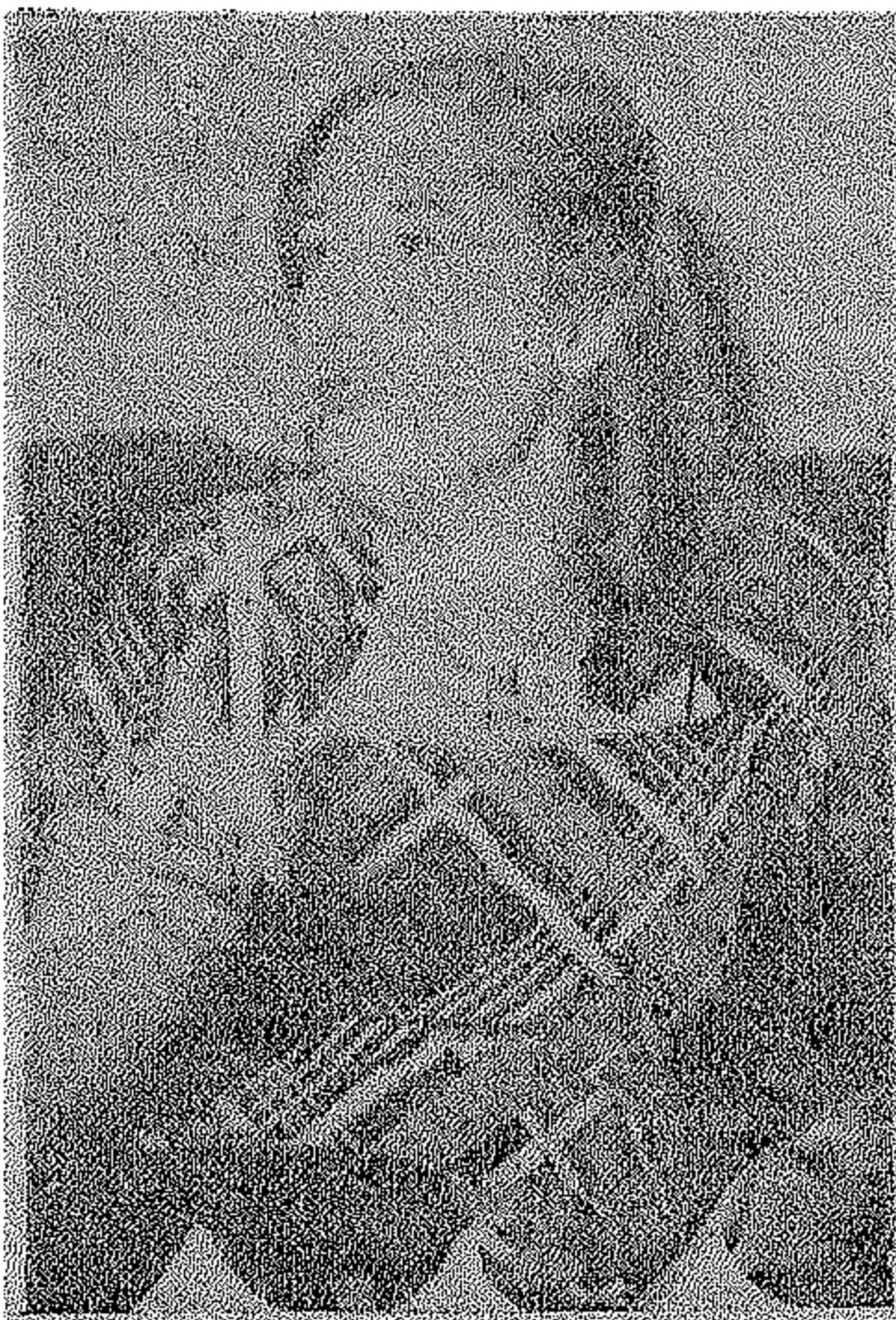
أقام سفير الهند والسيدة حرمة حفل تكريم للسيدة كريشنا مينون مندوب الهند الدائم فى هيئة الامم المتحدة بمناسبة زيارته الاخيرة الى مصر . وحضر الحفل السفراء وعقيلاتهم .

### خناقة نساء الدولة

وأخيراً انتهت خناقة سيدات الدولة بالصلح فى قاعة المحكمة على النزاع الذي كان قائماً بينهما من قديم وكانت السيدة منيرة حسنى رئيسة الاتحاد قد رفعت جنحة مباشرة ضد السيدة ثريا كامل أمينة الصندوق والسيدة منيرة ابراهيم عضو الاتحاد بعد أن اتهمها بتبديد أموال الاتحاد .

وكان موعد نظر القضية فى الاسبوع الماضى وقبل نظر القضية التقت السيدة منيرة حسنى بالسيدتين فى فناء المحكمة وتصافت النفوس وتم الصلح فى الجلسة واعتذرتا للسيدة منيرة حسنى التي قبلت الاعتذار وتنازلت عن القضية .

وبنت النيل تمنى ان يكون الصلح دائماً قبل ان يصل الامر الى التقاضى والمسامح كريم .



السيدة منيرة حسنى



السيدة ثريا كامل

ماجده نفع

## قصته امان عبدالقدوس



توزيع شركة الشرق لتوزيع الافلام  
٣٢ شارع مراكس

ماجده • يعجى شاهين

زكى رستم • امينه زوت

احمد رمزي • ميمى شكيب

اصحاحى احمد ضياء الدين

مينايريه وموار على الزرقاني تصوير فيكتور انطون

الاثنين ٦ فبراير

سينما قصر النيل بالمقاهرة

وفي نفس الوقت سينما عدي بالمنصورة وسينما مصر الزقازيق  
وبسينما عنبرية بالاسماعيلية



الأناقة في الأوقات والالتزام بالصيانة فلا تنخدع  
والجودة في الأسعار والمزايا من المصنوعة

# طليح

أحسن ملاحظة من نوعها

- حديدية في أجزاءها
- مسكينة في تصميمها
- تحوي جهازاً أوتوماتيكياً
- لإزالة الثلج ..
- ذات أرفف
- منزقة حديدية ..
- ذات سمكة كبيرة
- لتبريد الأغذية المسالمة

**Kelvinator**

الفرع: المنصور - طنطا  
المنيا - الفيوم - أسيوط  
البلينا - السويس - بورسعيد

الشركة المصرية للمخابز والمخابز  
القاهرة ١٨ شارع عماد الدين ٤٦٣٣٩  
السكنية ١٣ شارع مطية مصر ٢٧٢٥٧